فہرست مضامین

نَحْمَدُهٗ وَنُصَلِّیْ عَلٰی رَسُوْلِهِ الْکَرِیْمِ
اَمَّا بَعْدُ فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْم
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

انسان کے زندگی گزارنے کے طریقے بہت سے ہیں۔ ہر مذہب کا اپنا طریقہ ہے مگر مسلمانوں کے لئے وہ کون سا طریقہ ہونا چاہیے جس کے مطابق وہ زندگی گزاریں۔ آیئے اللہ تعالیٰ کے کلام سے رجوع کرتے ہیں کہ اے اللہ تعالیٰ کی پاکیزہ کتاب تو ہمیں بتا کہ ایک مسلمان کو زندگی گزارنے کے لئے کس ہستی کا طریقہ اپنانا چاہیے، قرآن مجید سورۂ احزاب آیت نمبر 21 میں ارشاد ہوتا ہے۔

القرآن: لَقَدْ کَانَ لَکُمْ فِیْ رَسُوْلِ اللّٰهِ اُسْوَةٌ حَسَنَةٌ

ترجمہ: بے شک تمہیں رسول اللہ کی پیروی بہتر ہے

اس آیت پر عمل اسی صورت میں ہوگا جب ہم ایسا کام ایسا کریں جیسے رسول اللہ ﷺ کرتے تھے یعنی جیسے رسول اللہ ﷺ پانی پیتے تھے، اسی طرح ہم بھی پانی پئیں، جیسے رسول اللہ ﷺ چلتے تھے، سوتے تھے، لباس پہنتے تھے، نماز پڑھتے تھے، روزے رکھتے تھے، حج کرتے تھے، نکاح فرمایا اور دیگر کام

کئے، ہم بھی اسی طرح یہ تمام کام کریں تو یہ رسول اللہ ﷺ کی سچی پیروی کہلائے گی۔

اس کائنات میں اگر کسی جماعت کو نبی پاک ﷺ کا سچا پیروکار اور سنتوں کا آئینہ دار دیکھنا ہے تو وہ جماعت صحابہ کرام علیہم الرضوان ہے۔ان کی زندگی کا ہر پہلو سنت رسول کے سانچے میں ڈھلا ہوا تھا۔ان کی خلوتوں کا سوز وگداز اور ان کی جلوتوں کا خروش عمل ان کی شب بیداریاں اور دن کے قیلولے سب فرمانِ رسول ﷺ کے تابع تھے۔

اب سنت کی فضیلت آپ کے سامنے بیان کی جاتی ہے۔

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس نے میری سنت سے محبت کی، اس نے مجھ سے محبت کی اور جس نے مجھ سے محبت کی، وہ جنت میں میرے ساتھ ہوگا (جامع ترمذی حدیث شریف نمبر 2687)

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ نے حضرت بلال بن حارث رضی اللہ عنہ سے فرمایا: جان لو، عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ! کیا جانوں؟ آپ نے فرمایا: جس نے میری ایسی سنت کو زندہ کیا جو میرے بعد مٹ چکی تھی، اس کے لئے اتنا ہی ثواب ہے، جتنا اس پر عمل کرنے والوں کے لئے ہے بغیر اس کے کہ ان کے ثواب میں کچھ کمی ہو (ترمذی (مترجم) جلد دوم حدیث نمبر 575 صفحہ نمبر 240

مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ نے مجھے فرمایا: اے بیٹے! اگر تجھ سے ہوسکے تو اپنی صبح وشام اس حالت میں کر کہ تیرے دل میں کسی کے بارے میں کھوٹ نہ ہو، پھر فرمایا: اے بیٹے! یہ میری سنت ہے اور جس نے میری سنت کو زندہ کیا، گویا اس نے مجھے زندہ کیا اور جس نے مجھے زندہ کیا، وہ میرے ساتھ جنت میں ہوگا (ترمذی شریف (مترجم) جلد دوم، حدیث نمبر 576، صفحہ نمبر 241، مطبوعہ فرید بک لاہور)

محترم حضرات! معلوم ہوا کہ سنت سے محبت حضور ﷺ سے محبت ہے۔ نبی کریم ﷺ کی سنت فلاح کا راستہ ہے، ہدایت کا نور ہے، کامیابی اور کامرانی کی طرف جانے کا راستہ ہے، معرفت الٰہیہ کا خزانہ ہے، قرب الٰہی کا ذریعہ ہے، قرب رسول ﷺ کا ذریعہ ہے، محبتِ رسول ﷺ کی نشانی ہے، عاشقوں کے دلوں کا چین ہے، بیماریوں سے بچاؤ کا ذریعہ ہے، پریشان حالوں کے دکھ کا درماں ہے، ظلمت کے اندھیرے میں نور ہے اور سب سے بڑی بات یہ ہے کہ رب تعالیٰ کی رضا کا باعث ہے۔

آج سائنس نے بہت ترقی کرلی ہے، سائنس دان چاند پر پہنچ گئے، خلا میں خلائی اسٹیشن قائم کرلیے، سمندر کا پیٹ چیر کر رکھ دیا، دریاؤں کی تہہ تک پہنچ گئے،

مواصلاتی سیارے بنالیے، ایٹمی ٹیکنالوجی بنالی، میزائل اور راکٹ بنالیے، انٹرنیٹ اور دیگر ٹیکنالوجی ایجاد کرلی مگر یہی سائنس جب مسلمانوں کے نبی ﷺ کی اداؤں اور ان کے اقوال کو پڑھتی ہے تو کہہ اٹھتی ہے کہ مسلمانوں کے نبی کی ہر ادا حکمتوں سے مالا مال ہے۔ ایک سائنس دان نے تو یہاں تک کہہ دیا کہ مسلمانوں کو کسی علاج کی ضرورت ہی نہیں، وہ تو صرف اپنے نبی کی اداؤں کو اپنالیں تو بیماری ان کے قریب سے بھی نہ گزرے گی۔

اب آپ کے سامنے سائنس دانوں، ڈاکٹروں اور ماہرین کی تحقیقات پیش کرتا ہوں جسے پڑھ کر آپ کو اندازہ ہوگا کہ ہمارے آقا و مولا ﷺ کی اداؤں میں حکمتوں کے جو گوہر نایاب پوشیدہ ہیں، انہیں جدید سائنس نے بھی تسلیم کرلیا۔

وضو اور سائنسی تحقیق

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب آدمی وضو کرتا ہے تو ہاتھ دھونے سے ہاتھوں کے، چہرہ دھونے سے چہرے کے اور سر کا مسح کرنے سے سر کے اور پاؤں دھونے سے پاؤں کے گناہ جھڑ جاتے ہیں (مسند امام احمد، جلد اول، صفحہ نمبر 130، حدیث نمبر 415، مطبوعہ دار الفکر بیروت)

☆ وضو سے ڈپریشن کا علاج:

مغربی جرمنی میں ایک سیمینار ہوا جس کا موضوع تھا ''مایوسی کا علاج، ادویات کے علاوہ کن کن طریقوں سے ممکن ہے'' ایک ڈاکٹر نے اپنے مقالے میں حیرت انگیز انکشاف کیا کہ میں نے ڈپریشن کے چند مریضوں کے روزانہ پانچ مرتبہ ہاتھ، مونہہ اور پاؤں دھلوائے، تو مرض میں بہت افاقہ ہوگیا۔ یہی ڈاکٹر اپنے مقالے کے آخر میں اعتراف کرتا ہے: مسلمانوں میں مایوسی کا مرض کم پایا جاتا ہے کیونکہ وہ دن میں کئی مرتبہ ہاتھ، مونہہ اور پاؤں دھوتے (یعنی وضو کرتے) ہیں۔

☆وضو سے ہائی بلڈ پریشر کا علاج:

ایک ہارٹ اسپیشلسٹ کا بڑے وثوق کے ساتھ کہنا ہے: ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو وضو کرواؤ پھر اس کا بلڈ پریشر چیک کرو، لازماً کم ہوگا۔ ایک مسلمان ماہر نفسیات ڈاکٹر کا قول ہے: نفسیاتی امراض کا بہترین علاج وضو ہے۔ مغربی ماہرین نفسیاتی مریضوں کو وضو کی طرح روزانہ کئی بار بدن پر پانی لگواتے ہیں۔

☆کُلّی کرنے کے فوائد:

وضو میں مسواک اور کُلّیوں کے ذریعے مونہہ کی بہترین صفائی ہو جاتی ہے۔ اگر مونہہ کو صاف نہ کیا جائے تو ان امراض کا خطرہ پیدا ہو جاتا ہے۔

1۔ ایڈز کہ اس کی ابتدائی علامات میں مونہہ کا پکنا بھی شامل ہے۔

2۔ مونہہ کے کناروں کا پھٹنا

3۔ مونہہ اور ہونٹوں کی داد قوبا۔

4۔ مونہہ میں پھپھوندی کی بیماریاں اور چھالے وغیرہ۔ نیز روزہ نہ ہو تو کُلّی کے ساتھ غرغرہ کرنا بھی سنت ہے اور پابندی کے ساتھ غرغرے کرنے والا کوے (Tonsil) بڑھنے اور گلے کے بہت سارے امراض حتّٰی کہ گلے کے کینسر سے محفوظ رہتا ہے۔

☆ناک صاف کرنے کے فوائد:

وضو کرنے والا ناک میں پانی بھی چڑھاتا ہے جس سے جسم کے اس اہم ترین آلے ناک کی صفائی ہوجاتی ہے اور پانی کے اندر کام کرنے والی برقی رو سے ناک کے اندرونی غیر مرئی رووں کی کارکردگی کو تقویت پہنچتی ہے۔اس طرح وضو کی برکت سے ناک کے بے شمار پیچیدہ امراض سے بندہ محفوظ ہوجاتا ہے۔ دائمی نزلہ اور ناک کے زخم کے مریضوں کے لئے ناک کا غسل (یعنی وضو کی طرح ناک میں پانی چڑھانا) بے حد مفید ہے۔

☆چہرہ دھونے کے فوائد:

آج کل فضاؤں میں دھوئیں وغیرہ کی آلودگیاں بڑھتی جارہی ہیں۔مختلف کیمیاوی مادے سیسہ وغیرہ میل کچیل کی شکل میں آنکھوں اور چہرے وغیرہ پر جمتا رہتا ہے۔ اگر چہرہ نہ دھویا جائے تو چہرے اور آنکھیں کئی امراض سے دوچار ہوجائیں۔ایک یورپین ڈاکٹر نے ایک مقالہ لکھا جس کا نام تھا ''آنکھ پانی، اور صحت'' اس مقالے میں اس نے اس بات پر زور دیا کہ اپنی آنکھوں کو دن میں کئی بار دھوتے رہو، ورنہ تمہیں خطرناک بیماریوں سے دوچار ہونا پڑے گا۔ چہرہ دھونے سے منہ پر کیل نہیں نکلتے یا کم نکلتے ہیں۔امریکہ کونسل فار بیوٹی کی سرکردہ

ممبر بیچر نے انکشاف کیا ہے: کہتی ہیں کہ مسلمانوں کو کسی قسم کے کیمیائی لوشن کی حاجت نہیں، وضو سے ان کا چہرہ دھل کر کئی بیماریوں سے محفوظ ہو جاتا ہے۔

☆ کہنیوں سمیت ہاتھ دھونے کے فوائد:

کہنی پر تین بڑی رگیں ہیں جن کا تعلق دل، جگر اور دماغ سے ہے اور جسم کا یہ حصہ عموماً ڈھکا رہتا ہے۔ اگر اس کو پانی اور ہوا نہ لگے تو متعدد دماغی اور اعصابی امراض پیدا ہو سکتے ہیں۔ وضو میں کہنیوں سمیت ہاتھ دھونے سے دل، جگر اور دماغ کو تقویت پہنچتی ہے اور اس طرح وہ ان امراض سے محفوظ رہیں گے۔ مزید یہ کہ کہنیوں سمیت ہاتھ دھونے سے سینے کے اندر ذخیرہ شدہ روشنیوں سے براہ راست انسان کا تعلق قائم ہو جاتا ہے اور روشنیوں کا ہجوم ایک بہاؤ کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ اس عمل سے ہاتھوں کے عضلات یعنی کل پرزے مزید طاقتور ہو جاتے ہیں۔

☆ پاؤں دھونے کے فوائد:

پاؤں سب سے زیادہ دھول آلود ہوتے ہیں۔ پہلے پہل پاؤں کی انگلیوں کے درمیانی حصے سے شروع ہوتا ہے، وضو میں پاؤں دھونے سے گرد و غبار اور جراثیم بہہ جاتے ہیں اور بچے کُچے جراثیم پاؤں کی انگلیوں کے خلال سے نکل

جاتے ہیں لہذا وضو میں سنت کے مطابق پاؤں دھونے سے نیند کی کمی، دماغی خشکی، گھبراہٹ اور مایوسی جیسے پریشان کن امراض دور ہوتے ہیں۔

☆وضو کا بچا ہوا پانی اور جدید تحقیق:

فقہاء کرام فرماتے ہیں: کسی برتن یا لوٹے سے وضو کیا ہو تو اس کا بچا ہوا پانی قبلہ رو کھڑے ہو کر پینا مستحب ہے۔ (تبیین الحقائق، جلد اول، صفحہ نمبر 44، دار الکتب العلمیہ بیروت)

☆جدید تحقیق:

1......وضو کا بچا ہوا پانی مثانے پر اثر انداز ہوتا ہے جس کے باعث پیشاب کی رکاوٹ دور ہوتی ہے اور خوب کھل کر پیشاب آتا ہے۔

2......اس سے ناجائز شہوت سے خلاصی حاصل ہوتی ہے۔

3......جگر معدہ اور مثانے کی گرمی دور ہوتی ہے۔

☆مسواک اور سائنسی تحقیق:

1: حدیث شریف = جب نبی کریم ﷺ اپنے مبارک گھر میں داخل ہوتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے (ابن ماجہ، باب السواک، (مترجم) جلد اول، حدیث نمبر 307، صفحہ نمبر 113، مطبوعہ فرید بک لاہور)

2۔حدیث شریف = رسول پاک ﷺ جب بیدار ہوتے، مسواک کرتے (ابن ماجہ (مترجم) باب السواک، جلد اول، حدیث نمبر 303، صفحہ نمبر 113، مطبوعہ فرید بک لاہور)

3۔رسول پاک ﷺ نے فرمایا: مسواک ضرور کیا کرو، کیونکہ مسواک مونہہ کو صاف کرتی ہے اور خدا کو خوش کرنے والی ہے (ابن ماجہ (مترجم) باب السواک، جلد اول، حدیث نمبر 306، صفحہ نمبر 113، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ مسواک کے دنیاوی فوائد:

حضرت مولا علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ مسواک سے قوت حافظہ بڑھتی، دردسر دور ہوتا اور سر کی رگوں کو سکون ملتا ہے۔ اس سے بلغم دور، نظر تیز، معدہ درست اور کھانا ہضم ہوتا ہے، عقل بڑھتی ہے، بچوں کی پیدائش میں اضافہ ہوتا ہے، بڑھاپا دیر میں آتا ہے اور پیٹھ مضبوط ہوتی ہے۔

(حاشیۃ الطحطاوی صفحہ نمبر 68)

☆ مسواک پر جدید تحقیق:

روزنامہ اُمّت اگست 2017ء میں کالم نگار احمد نجیب زادے نے یہ مضمون لکھا کہ پیغمبر اسلام ﷺ کی سنت مبارکہ ''مسواک'' کی افادیت تو صدیوں سے

مسلم ہے۔تاہم اب جدید سائنسی تحقیق میں بھی مسواک کو انسانی صحت کے لئے
انتہائی مفید قرار دے دیا گیا ہے۔عالمی طبی ماہرین کے مطابق مسواک نہ صرف
تپ دق کے علاج میں کارگر ہے، بلکہ مونہہ کے انفیکشن،حلق اور سانس اور غذائی
نالی کو بھی وائرس سے محفوظ رکھتی ہے۔مسواک کی اہمیت مسلمانوں کے ساتھ غیر
مسلم معاشروں میں بھی دو چند ہو چکی ہے۔اہل عرب اور برصغیر کے باشندوں
کے بعد دنیا کے ترقی یافتہ ممالک اور افریقہ بھر میں مسواک استعمال کی جارہی
ہے۔عالمی جریدے ڈیفنس ٹرائیک نے مسواک کے حوالے سے ایک تازہ تحقیق
کے نتائج سے آگاہ کرتے ہوئے بتایا ہے کہ مسواک کے استعمال سے مونہہ میں
کسی قسم کا انفیکشن نہیں پھیلتا،مونہہ کی بدبو کا سبب بننے والے ہر قسم کے وائرس
اور کیڑوں کا خاتمہ ہوجاتا ہے جبکہ حلق اور سانس کی نالی (Pharynx) اور
غذائی نالی (Ossophagus) میں کسی قسم کا انفیکشن نہیں پھیلتا۔عالمی
جریدے سائنس ڈیلی کی رپورٹ کے مطابق ناروچ بائیوسائنس انسٹی ٹیوٹ کے
محققین نے بتایا ہے کہ مسواک کے درخت اور شاخوں پر کی جانے والی تحقیق
سے معلوم ہوا ہے کہ مسواک کا استعمال ایک اینٹی بائیوٹک دوا سے کہیں زیادہ بہتر
ہے۔اس کا باقاعدہ استعمال انسان کو مختلف قسم کے بخار سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔
بیشتر افریقہ ممالک میں مسواک کے درخت سے ایسا ست (Extract) نکالا

جارہا ہے جو ایک مہلک مرض تپ دق یعنی ٹیوبرکلوسس (ٹی بی) سے بچاؤ میں انتہائی مددگار ثابت ہوا ہے۔ اس تحقیق کے نتائج کے اعلان کے بعد بالخصوص افریقی اور یورپی ممالک میں مسواک کا استعمال تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ لاکھوں غیر مسلم یورپی باشندے باقاعدگی سے مسواک استعمال کررہے ہیں جوان ممالک میں محفوظ پیکنگ میں ایکسپورٹ کی جارہی ہے۔ تحقیقی ادارے جان انس سینٹر کے ڈائریکٹر پروفیسر ٹونی میکسویل نے تسلیم کیا ہے کہ تپ دق (ٹی بی) کو روکنے کے لئے ایک کیمیائی مادہ ''ڈی این اے گائریز'' درکار ہوتا ہے جو انسانوں اور جانوروں کے اجسام میں نہیں پایا جاتا۔ ماہرین نے مسواک کے درخت سے اس مادے کو نکالا ہے جو ہر قسم کے تپ دق میں کارگر ہے اور اس سے سینکڑوں مریض صحت یاب ہوئے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر عالمی سطح پر تپ دق کی روک تھام کرنی ہے تو مسواک کی اہمیت اور استعمال کی تحریک چلانا ہوگی اور مسواک کے درخت سے حاصل کئے جانے والے کیمیائی مادے سے ٹی بی کے مریضوں کا علاج کرنا ہوگا۔ عالمی تحقیق میں یہ انکشاف بھی کیا گیا ہے کہ جو لوگ باقاعدگی سے مسواک استعمال کررہے ہیں ان کو حلق کے ورم (Bronchitis) کی شکایت نہیں ہوتی۔ جبکہ طبی ماہرین نے مسواک کے ست کو سانس کے پھیپھڑوں سے جڑی نالیوں کے انفیکشن ذات الصدر یا جرسام (pleurisy) کی بیماری میں بھی

مفید قرار دیا ہے۔ کئی ماہرین نے تصدیق کی ہے کہ انہوں نے لعاب دہن کے ذریعہ پھیلنے والی بیماری میں بھی مسواک کے ست (Extract) کو انتہائی مفید پایا ہے۔ اس قسم کی بیماریاں یورپی ممالک میں بہت عام ہیں۔ عالمی جریدے ریسرچ گیٹ نے بتایا ہے کہ امریکا اور یورپ کے کئی نامور سائنس دانوں نے مسواک کے درخت کی شاخوں اور چھال سے ایک کیمیائی مادہ حاصل کیا ہے جس کا نامیاتی نام (Diospyrin) رکھا گیا ہے۔ اس مادے کو کئی اقسام کے کینسر خصوصا مونہہ کے کینسر، تپ دق اور بخار کے لئے انتہائی مفید قرار دیا گیا ہے۔ یورپی ماہرین نے انکشاف کیا ہے کہ مسواک کے درخت سمیت زیتون اور نیم کے درختوں سے حاصل کی جانے والی مسواک میں اینٹی سپٹک کیمیکل، کیلشیم، پلاک کنٹرول فائبر، سوڈیم، ٹینک ایسڈ، ریسن الکالوائیڈ آئل سمیت وٹامن سی بھی موجود ہوتے ہیں جو مونہہ، حلق اور سانس کی نالیوں سمیت پورے جسم کے لئے انتہائی مفید ہیں۔ واضح رہے کہ کئی برطانوی کمپنیاں افریقہ اور خلیجی ممالک سے مسواک خرید کر ان کی پیکنگ کرنے کے بعد مہنگی قیمت میں بڑے پیمانے پر فروخت کر رہی ہیں۔ ان کمپنیوں کے اشتہارات میں مسواک کی افادیت کو اجاگر کیا گیا ہے کہ یہ ایک قدرتی دوا ہے جس کی مدد سے مونہہ اور حلق کی بیماریوں سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔ برطانیہ میں ایک عام مسواک 550 روپے میں فروخت کی

جارہی ہے۔

☆برش اور مسواک میں فرق:

برش: ماہرین جراثیم کی برسہابرس کی تحقیق کے بعد یہ بات پایہ تکمیل کو پہنچ چکی ہے کہ جس برش کو ایک دفعہ استعمال کیا جائے، اس کا استعمال صحت اور تندرستی کے لئے اس وقت مضر ہے جب اس کو دوبارہ استعمال کیا جائے کیونکہ اس کے اندر جراثیموں کی تہہ جم جاتی ہے۔ اگر اس کو پانی سے صاف کیا بھی جائے تو جراثیم مصروف نشوونما رہتے ہیں۔ دوسری بات برش دانتوں کی اوپر سے چمکیلی اور سفید تہہ کو اتار دیتا ہے جس کی وجہ سے دانتوں کے درمیان خلا پیدا ہوتا ہے اور دانت آہستہ آہستہ مسوڑھوں کی جگہ چھوڑ جاتے ہیں۔ اس سے غذا کے ذرات دانتوں کے درمیان خلاؤں میں پھنس کر مسوڑھوں اور دانتوں کے لئے نقصان کا باعث بنتے ہیں۔

ایک اہم بات:

روزانہ مسواک کے ریشے نئے ہوں یعنی روزانہ ریشوں کا کاٹتے رہیں اور نئے ریشے استعمال کرتے رہیں اور نئے ریشے استعمال کرتے رہیں (یہ ہر آدمی کے لئے ضروری ہے ورنہ مسواک کے فوائد مطلوبہ سے محرومی ہوگی)

☆نماز اور جدید سائنسی انکشافات:

نماز اللہ تعالیٰ کی عظیم الشان عبادت ہے۔ یہ وہ تحفہ ہے جو اللہ تعالیٰ نے اپنے محبوب ﷺ کو اپنے دیدار سے سرفراز فرمانے کے بعد عطا فرمایا۔ یہ ایسی عبادت ہے جس کا کوئی ثانی نہیں ہے اس کے پڑھنے سے وہ سکون، اطمینان اور لذت ملتی ہے جو کائنات کی کسی چیز میں نہیں ہے کیونکہ بندہ نماز پڑھتے ہوئے اپنے رب تعالیٰ کے اتنا قریب ہوجاتا ہے کہ وہ اپنی معراج کو پہنچ جاتا ہے۔

جہاں اس کے باطنی فوائد ہیں، وہیں اس کے ظاہری اور دنیاوی فائدے بھی ہیں جسے ہم نے نہیں بلکہ جدید سائنسی تحقیق نے بھی ثابت کیا ہے۔

☆نماز اور ورزش:

نماز ایک بہترین ورزش ہے۔ سستی، کاہلی اور اس پرفتن دور میں نماز ہی ایک چیز ہے جس کو صحیح طور پر پڑھا جائے تو دنیا کی تمام دکھوں کا مداوا بن سکتی ہے۔ نماز کی ورزشیں جہاں بیرونی اعضاء کی خوشنمائی و خوبصورتی کا ذریعہ ہیں وہاں دل، گردے، جگر، پھیپھڑے، دماغ، آنتیں، معدہ، ریڑھ کی ہڈی، گردن، سینہ اور تمام قسم کے گلینڈز (Glands) کی نشوونما کرتی ہے۔ آدمی جب ساری

رات سو یا رہتا ہے جس کی وجہ سے اعضاء سست ہو جاتے ہیں، جسم کا دوران خون سست ہو جاتا ہے اب اس جسم کو ایسی ورزش کی ضرورت ہے جو جسم کو دوبارہ چست کر دے تو اللہ اکبر! فجر کی نماز رکھ دی گئی تا کہ بندے میں چستی پیدا ہو۔ اس کے بعد پھر بندہ طویل کام کاج کے بعد پریشان ہوتا ہے تو ظہر کی نماز کا حکم دیا گیا ہے تا کہ بندہ سارے خیالات کو بھلا کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں جھک جائے۔

عصر کا وقت جب آتا ہے تو عصر کی نماز کا حکم ہوتا ہے تا کہ بندہ کسی بھی طریقے سے اپنے رب جل جلالہ کی یاد میں رہے، غافل نہ ہو اور یہی کیفیت مغرب کی بھی ہے۔

اس کے بعد بندہ کھانا کھاتا ہے۔ پھر عشاء کی نماز کا وقت ہوتا ہے اس میں زیادہ رکعتیں ہیں تا کہ آدمی جو کھانا کھاتا ہے، وہ اس کی برکت سے ہضم ہو جائے کیونکہ جو کھانا جسم میں ہضم نہیں ہوتا، وہ طرح طرح کی بیماریوں کا باعث بنتا ہے۔

☆ نماز سے بیماریوں کا علاج:

ایک پاکستانی ڈاکٹر ماجد فزیوتھراپی میں اعلیٰ ڈگری کے لئے یورپ گئے جب وہاں ان کو بالکل نماز کی طرح ورزش سکھائی گئی تو یہ اس ورزش کو دیکھ کر

حیران رہ گئے کہ ہم نے آج تک نماز کو ایک دینی فریضہ سمجھا اور ادا کیا لیکن یہاں تو عجیب وغریب انکشافات ہیں کہ ورزش کے ذریعے تو بڑے بڑے امراض ختم ہوجاتے ہیں۔ جیسا کہ دماغی بیماریوں، اعصابی امراض، نفسیاتی امراض، بے چینی، دل کے امراض، جوڑوں کے امراض، معدے اور السر کی شکایت، شوگر، آنکھوں اور گلے کی بیماریوں سے انسان محفوظ ہوجاتا ہے۔ وہ سب ورزشیں حالت نماز میں موجود ہیں۔

☆ قیام اور سائنسی تحقیق:

قیام میں نمازی جس حالت میں ہوتا ہے اگر روزانہ پینتالیس منٹ ایسی حالت میں کھڑا رہے تو دماغ اور اعصاب میں زبردست قوت اور طاقت پیدا ہوتی ہے۔ قوت فیصلہ اور قوت مدافعت میں زیادتی ہوتی ہے۔

☆ رکوع اور جدید سائنس:

رکوع کے متعلق سرجنز کا بیان ہے کہ رکوع سے کمر کے درد کے مریض یا ایسے مریض جن کے حرام مغز میں ورم ہوگیا ہو، بہت جلد صحت یاب ہوجاتے ہیں۔ رکوع سے دماغ اور آنکھوں کی طرف دوران خون کے بہاؤ کی وجہ سے دماغ ونگاہ کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔

☆سجدہ اور جدید سائنس:

نمازی جب سجدہ کرتا ہے تو اس کے دماغ کی شریانوں کی طرف خون زیادہ ہوجاتا ہے۔جسم کی کسی بھی پوزیشن میں خون دماغ کی طرف زیادہ نہیں جاتا۔ صرف سجدے کی حالت میں دماغی اعصاب، آنکھوں اور سر کے دیگر حصوں کی طرف خون متوازن ہوجاتا ہے،جس کی وجہ سے دماغ اور نگاہ بہت تیز ہوجاتے ہیں۔

☆سلام پھیرنا اور جدید سائنس:

ڈاکٹر عبدالواحد کی ریسرچ ہے کہ سلام پھیرنے کے لئے نمازی کو سر دائیں بائیں کرنا پڑتا ہے تو ایسا کرنے والا دل کی بیماریوں اور اس کی اندرونی پیچیدگیوں سے ہمیشہ بچا رہتا ہے اور بہت کم ان بیماریوں میں مبتلا ہوتا ہے۔

☆نماز تہجد اور جدید سائنسی تحقیق:

تہجد کی نماز کے بارے میں جدید تحقیق ہے کہ پچھلی رات کو جاگنے سے انسانی جسم پر مندرجہ ذیل فوائد مرتب ہوتے ہیں:

1......دل کے امراض کے لئے تریاق دو عالم ہے۔

2......اعصابی کھچاؤ اور جکڑاؤ کے لئے مفید ہے۔

3......دماغی امراض خاص طور پر پاگل پن کے لئے آخری علاج ہے۔

4......نگاہوں کا علاج ہے خاص طور پر جن کی نگاہ میں دو چیزیں نظر آتی ہیں۔

5......انسانی جسم میں نشاط وفرحت اور غیر معمولی طاقت پیدا کرتا ہے جو سارا دن اسے ہشاش بشاش رکھتی ہے۔

☆ایک فزیشن اور نماز:

ایک مشہور ڈاکٹر نے اپنے اعصاب کی کمزوری، جوڑوں کے درد اور دیگر عضلاتی امراض کے لئے اپنا علاج نماز کے ذریعہ کیا۔ مسلسل علاج کے بعد وہ صحت مند ہو گیا اور تمام ادویات کا استعمال چھوڑ کر صرف نماز کے زیر علاج رہنے لگا۔

☆ کھانے کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

کھانا انسان کے جسم کی ضرورت ہے۔بھوک لگتی ہے تو آدمی کھانا کھاتا ہے تا کہ اس کا پیٹ بھر جائے اور اس کے بدن میں توانائی پیدا ہو۔ ہر جاندار کھاتا ہے۔کافر بھی کھاتا ہے، یہودی بھی کھاتا ہے،عیسائی بھی کھاتا ہے، جانور بھی کھاتا ہے تو انسان بھی کھاتا ہے مگر جب مسلمان کھانا کھائے تو اس کا کھانا سنت مصطفی ﷺ کے مطابق ہونا چاہئے۔

☆ کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: میں نے تورات میں پڑھا کہ (کھانا) کھانے کے بعد وضو کرنے میں برکت ہے۔ یہ بات میں نے نبی پاک ﷺ سے عرض کی اور جو کچھ تورات شریف میں پڑھا تھا، آپ ﷺ کو سنایا تو آپ ﷺ نے فرمایا: کہ کھانے سے پہلے اور بعد وضو کرنا (یعنی ہاتھ دھونا) کھانے کی برکت ہے (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر

853، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

انسان کی عادت میں یہ ہے کہ وہ بے شمار چیزوں کو ہاتھ لگاتا ہے، ان میں کئی گندی چیزیں اور صاف چیزیں ہوتی ہیں جو گندی چیزیں ہوتی ہیں ان میں جراثیم ہوتے ہیں اور جب ہم ان کو ہاتھ لگاتے ہیں تو وہ جراثیم ہمارے ہاتھوں پر لگ جاتے ہیں۔ اگر کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ نہ دھوئے جائیں تو وہ جراثیم کھانے کے ساتھ پیٹ میں چلے جاتے ہیں جو کہ مختلف بیماریاں پیدا کرتے ہیں اس لئے حکم دیا گیا ہے کہ کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ دھولیا کرو۔

☆ کُلی کرنے کے متعلق جدید تحقیق:

سارا دن ہوا اور سانس کے ذریعے گردوغبار اور جراثیم اندر جاتے رہتے ہیں۔ اب اگر نوالہ کھائیں گے تو ان جراثیم کو بھی نگل جائیں گے اس لئے کُلی کرنے کا حکم دیا گیا ہے تا کہ آدمی کے مونہہ میں جراثیم نہ جائیں اور مونہہ صاف رہے۔

☆ سیدھے ہاتھ سے کھانا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = تاجدار کائنات ﷺ نے فرمایا: بائیں ہاتھ سے نہ کھایا کرو (سیدھے ہاتھ سے کھاؤ) کیونکہ اس سے شیطان کھاتا ہے۔ (یعنی الٹے

ہاتھ سے شیطان کھاتا ہے) (سنن ابن ماجہ' جلد دوم (مترجم) ابواب الاطعمۃ'
حدیث 1057 'مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

سیدھے ہاتھ سے غیر مرئی شعاعیں نکلتی ہیں اور الٹے ہاتھ سے بھی نکلتی ہیں
لیکن سیدھے ہاتھ کی شعاعیں فائدے مند اور الٹے ہاتھ کی شعاعیں نقصان دہ
ہوتی ہیں یعنی سیدھے ہاتھ سے شفا اور الٹے ہاتھ سے کھانے میں بیماریاں پیدا
ہوتی ہیں لہذا سیدھے ہاتھ سے کھانا،کھانا شفاء کو اپنی اندر ڈالتا ہے۔

☆بیٹھ کر کھانا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول
اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں ایک کھجور پیش کی گئی۔میں نے دیکھا کہ آپ
بھوک کی وجہ سے اکڑوں بیٹھے ہوئے تناول فرمارہے تھے

(شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم،صفحہ نمبر 844،مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

ڈاکٹر بلین کیور آف اٹلی مشہور عام ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ کھڑے ہو کر غذا نہ
کھاؤ،ایسا کرنے سے تم دل اور تلی کے مرض میں پھنس جاؤ گے۔بیٹھ کر کھانا کھاؤ

کیونکہ کھڑے ہو کر کھانا نفسیاتی امراض پیدا کرتا ہے

دونوں پاؤں کھڑے کر کے اکڑوں بیٹھ کر کھانے سے بقدر ضرورت کھانا ہی معدے میں جاتا ہے اور بے ضرورت کھانا معدے میں نہیں جاتا۔ جتنا کم کھانا معدے میں جائے، اتنا ہی آدمی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔

سیدھا پاؤں کھڑا کر کے الٹا پاؤں بچھا کر اگر کھانا کھایا جائے تو کھانا معمول سے کچھ زیادہ معدے میں جائے گا اور اس طرح بیٹھ کر کھانے سے تلی کے امراض سے محفوظ رہیں گے اور اس کی رانوں کے اعصاب مضبوط رہیں گے۔

تشہد کی حالت میں بیٹھ کر کھانا زیادہ کھایا جائے گا۔ یہ طریقہ محنت کرنے والوں، زیادہ پیدل چلنے والوں، ورزش کرنے والوں کے لئے بہت ہی فائدہ مند ہے۔ ان تین سنتوں میں سے کسی ایک سنت پر بھی کوئی عمل کرے گا تو ان شاء اللہ کبھی بیماری کا موںہہ نہیں دیکھے گا۔

☆ ٹیک لگا کر نہ کھانا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = رسول پاک ﷺ نے فرمایا: میں تکیہ (ٹیک) لگا کر (کھانا) نہیں کھاتا (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم صفحہ نمبر 843، مطبوعہ فرید بک لاہور)

جدید تحقیق:

ٹیک لگا کر کھانا کھانے کے تین نقصانات ہیں۔

1......کھانا صحیح طور پر چبایا نہیں جائے گا اور اس میں لعاب (تھوک) جس مقدار میں ملنا تھا اور پھر معدے میں جا کر نشاستے دار غذا کو ہضم کرنا تھا، وہ نہیں مل سکے گا جس سے نظام ہضم متاثر ہوگا۔

2......ٹیک لگا کر بیٹھنے سے معدہ پھیل جاتا ہے جس سے غیر ضروری خوراک معدے میں چلی جائے گی اور نظام ہضم متاثر ہوگا۔

3۔ٹیک لگا کر کھانے سے آنتوں اور جگر کے نظام پر برا اثر پڑتا ہے۔

☆کم کھانا اور

جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول پاک ﷺ نے وصال مبارک تک (کبھی) دو دن متواتر جو کی روٹی پیٹ بھر کر نہیں کھائی۔

(شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر 846، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

پروفیسر رچرڈ (ڈیوز بری انگلینڈ) نے زیادہ کھانے کے نقصانات اس طرح بیان کئے ہیں۔

1......دماغی امراض

2......آنکھوں کے امراض

3......زبان اور گلے کے امراض

4......سینے اور پھیپھڑوں کے امراض

5......دل اور اس کے والو کے امراض

6......جگر اور پتے کے امراض

7......شوگر

8......ہائی بلڈ پریشر

9......فالج اور لقوہ

10......نفسیاتی امراض

11......دماغی شریان کا پھٹنا

12......ڈپریشن

13...... نچلے جسم کا سن ہونا

میرے پیارے مسلمان بھائیو! ہر سنت کی طرح کم کھانے کی سنت میں بھی کیسی حکمت ہے کہ بندہ ان تمام امراض سے محفوظ ہو جاتا ہے۔

☆مل کر کھانا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = رسول پاک ﷺ نے فرمایا: مل کر کھاؤ۔ الگ الگ نہ کھاؤ کیونکہ جماعت کے ساتھ برکت ہے۔

(ابن ماجہ (مترجم) جلد دوم، حدیث نمبر 1075، صفحہ نمبر 304، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

پیتھالوجی کے ایک پروفیسر نے انکشاف کیا ہے کہ جب مل کر کھانا کھایا جاتا ہے تو تمام کھانے والوں کے جراثیم کھانے میں مل جاتے ہیں جو دوسری تمام بیماریوں کے جراثیموں کو ختم کر دیتے ہیں اور اس طرح وہ کھانا نقصان نہیں پہنچاتا ہے۔ بعض اوقات شفاء کے جراثیم مل کر تمام کھانے کو شفاء بنا دیتے ہیں جو کہ معدے کی بیماریوں کے لئے مفید ہیں۔

☆برتن کو چاٹنا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضور اکرم نور مجسم ﷺ نے فرمایا: جو پیالہ (برتن) میں کھائے تو اسے چاٹ کر صاف کرے کیونکہ پیالہ (برتن) اس کے لئے استغفار کرتا ہے (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1060، صفحہ نمبر 300، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

جدید تحقیق کے مطابق کھانے کی پلیٹ یا برتن کے پیندے میں وٹامنز اور خاص طور پر برتن کے پیندے میں وٹامنز بی کمپلیکس اور ایسے غذائی اجزاء ہوتے ہیں جو تمام کھانوں میں کم اور اس پیندے میں زیادہ ہوتے ہیں، غذا میں موجود معدنی نمکیات تو صرف پیندے ہی میں ہوتی ہے۔

☆انگلیاں چاٹنا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = رسول محتشم ﷺ نے فرمایا: تم میں سے کوئی اپنے ہاتھ (کھانا کھانے کے بعد) چاٹنے سے پہلے نہ پونچھے کیونکہ وہ نہیں جانتا کہ کون سے کھانے میں برکت ہے۔ (ابن ماجہ (مترجم) جلد دوم، ابواب الاطمعۃ، حدیث نمبر 1059، صفحہ نمبر 299، مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

☆جدید تحقیق:

ہاضم رطوبت کا اثر نشاستہ دار پر پڑتا ہے۔مزید اس رطوبت کا اثر لبلبے پر پڑتا ہے جس سے شوگر کے مریضوں کو فائدہ پہنچتا ہے اور جسم میں انسولین کی کمی واقع نہیں ہوتی۔انگلیوں کا چاٹنا بھی اسی بات کی غمازی کرتا ہے کہ وہ رطوبت ہاضم انگلیوں پر لگی رہتی ہے۔کچھ تو کھانے کے ساتھ اندر چلی جاتی ہے اور باقی انگلیوں پر لگی ہوئی رطوبت کھانے کے بعد انگلیوں کے چاٹنے سے منہ میں چلی جاتی ہے۔

☆ پانی کی سنت اور جدید تحقیق:

پانی اللہ تعالیٰ کی بہت بڑی نعمت ہے جس کے بغیر آدمی کا زندہ رہنا مشکل ہے۔ پانی کی قدر و قیمت وہاں محسوس ہوتی ہے جہاں پانی نہیں ملتا۔ پانی ہر کوئی استعمال کرتا ہے۔ اگر ہم اپنے آقا و مولا ﷺ کی سنت کے مطابق اسے استعمال کریں تو اس کا استعمال بھی ثواب سے خالی نہ ہوگا۔ اب احادیث کی روشنی میں پانی پینے کی سنتیں اور اس پر تحقیق ملاحظہ فرمائیں۔

☆ بیٹھ کر پانی پینا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ نے کھڑے ہوکر پانی پینے سے منع فرمایا ہے (ابن ماجہ (مترجم) جلد دوم، حدیث نمبر 1213، صفحہ نمبر 337، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

کھڑے ہوکر پانی پینے میں چند دشواریاں آتی ہیں۔ پہلی تو یہ کہ اس سے

پوری طرح آسودگی نہیں ہوتی۔ دوسری یہ کہ اس سے پانی معدے میں اتنی دیر نہیں ٹھہرتا کہ جگر سے اعضاء تک ان کا حصہ پہنچ سکے۔ تیزی کے ساتھ معدے کی طرف آتا ہے جس سے خطرہ رہتا ہے کہ اس کی حرارت سرد پڑ جائے اور اس میں پیچیدگی پیدا ہو جائے۔ بہر حال ان سب طریقوں سے پانی پینے والے کو نقصان پہنچتا ہے۔ اگر اتفاقاً یا بوقت ضرورت ایسا ہو بھی جائے تو کوئی مضائقہ نہیں اور جو لوگ کھڑے ہو کر پانی پینے کے عادی ہوں تو ان کا معاملہ دیگر ہے اس لئے کہ یہ عادتیں طبیعت ثانیہ بن جاتی ہیں۔

کھڑے ہو کر پانی پینے سے پاؤں پر ورم کا خطرہ رہتا ہے اور اگر پاؤں پر ورم آنا شروع ہو جائے تو جسم کے تمام حصوں پر ورم کا خطرہ رہتا ہے اور کھڑے ہو کر پانی پینے سے استسقاء ہو جاتا ہے جو کہ ایک بیماری ہے جس میں مریض کا تمام بدن پھول جاتا ہے۔

☆ تین سانس میں پینا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = سرور کائنات ﷺ نے فرمایا: اونٹ کی طرح ایک ہی سانس میں پانی مت پیو بلکہ دو یا تین مرتبہ (سانس لے کر) پیو اور پینے سے قبل بسم اللہ پڑھو اور فراغت پر الحمد للہ کہا کرو (ترمذی شریف (مترجم) جلد دوم صفحہ

نمبر 352،حدیث نمبر 1892،مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

اگر تین سانس میں پانی نہ پیا جائے تو مندرجہ ذیل بیماریاں پیدا ہوسکتی ہیں۔

1 ...... پانی سانس کی نالی میں جا کر نظام تنفس میں اٹک جاتا ہے جس سے بعض اوقات موت واقع ہونے کا خطرہ لاحق ہوتا ہے۔

2...... اس کا زیادہ نقصان دماغ کے پردوں پر پڑتا ہے کیونکہ پانی کی لہریں دماغ کے پردوں کے ساتھ تعلق رکھتی ہیں۔ دماغ میں فلوئڈ ہے اس کی نسبت پانی سے ہے۔اگر آہستہ آہستہ پانی پیا جائے تو مضر اثرات کبھی بھی دماغ پر نہیں پڑیں گے۔

3......معدے میں فوراً زیادہ مقدار میں پانی چلا جائے تو اس کی اندرونی کیفیت میں پھیلاؤ ہو جاتا ہے۔ اگر یہ پھیلاؤ اوپر کی سطح سے ہو تو دل اور پھیپھڑوں کے نقصان کا خطرہ رہتا ہے۔

☆برتن میں سانس لینا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = نبی کریم ﷺ نے برتن میں سانس لینے یا اس میں

پھونکنے سے منع فرماتا ہے۔(ابوداؤد جلد سوم حدیث نمبر 3728، صفحہ نمبر 474)

☆ جدید تحقیق:

اگر پیالے میں سانس لیا جائے تو اس میں خطرہ ہوتا ہے کہ پانی سانس کی نالی میں چلا جائے اور سانس کی گھٹن کا باعث بنے۔ پانی کے اندر جراثیم داخل ہوجاتے ہیں۔ پانی میں سانس لینے سے خطرہ ہوتا ہے کہ پانی سانس کی نالیوں میں چلا جائے تو پھر دماغ اور ناک کے پردوں میں ورم کا باعث بن جاتا ہے۔

☆ کھلے برتن میں پانی پینا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ نبی پاک ﷺ کے پاس ایک شیشہ کا پیالہ تھا جس میں آپ ﷺ پانی پیا کرتے تھے(ابن ماجہ (مترجم) باب الشرب فی الزجاج، جلد دوم، حدیث نمبر 1224، صفحہ نمبر 339، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

انسان اگر تنگ برتن میں پانی پیئے تو دل کو فرحت نہیں ہوتی، کھلے برتن یعنی پیالے میں پانی پینا چاہیے۔

مشہور ریاضی دان فیثاغورث اپنی کتاب میں لکھتا ہے: پانی کھلے برتن

میں، جوتا چمڑے کا اور آٹا جو کا، یہ تینوں چیزیں مجھے مل جائیں تو میں آسمانوں کا حساب لگا سکتا ہوں۔

☆سفید لباس اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = تاجدار کائنات ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم خود بھی سفید لباس پہنو اور مردوں کو بھی یہی کفن دو کیونکہ یہ سفید کپڑے اور بہترین لباس ہیں۔
(ترمذی شمائل جلد دوم (مترجم) صفحہ نمبر 832، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

رنگ اور روشنی کے ماہرین نے سفید لباس کو کینسر سے بچاؤ کا ذریعہ قرار دیا ہے حتیٰ کہ ماہرین کے کہنے کے مطابق جو سفید لباس پہنے گا تو اسے جلدی گلینڈز کا ورم، پسینے میں مسامات کا بند ہونا، پھپوند کے امراض جیسی خطرناک اور تکلیف دہ بیماریاں نہیں ہوں گی۔ انہوں نے جلدی الرجی اور ہائی بلڈ پریشر کے شکار مریضوں کو ہمیشہ سفید لباس پہننے کا مشورہ دیا ہے کہ کروموپیتھی کے اصول کے مطابق سفید لباس دماغ اور جلد کا محافظ ہے۔

☆عورتوں کے باریک لباس کے نقصانات اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جہنمیوں کے دو گروہوں کو میں نے دیکھا (یعنی میرے بعد ظاہر ہوں گے) کچھ لوگ ایسے ہوں گے جو بیلوں کی دموں کی طرح کوڑے لئے پھرتے ہوں گے جن سے وہ لوگوں کو ظلماً ماریں گے۔ ایسی عورتیں ہوں گی جو کپڑے پہنے ہوئے بھی ننگی ہوں گی غیر مرد کو اپنی طرف مائل کرنے والی ہوں گی۔ اس کی طرف مائل ہونے والی ہوں گی اور ان کے سر ایسے پھولے ہوئے ہوں گے جیسے بڑے بڑے اونٹوں کے جھکے ہوئے کوہان ہوتے ہیں۔ یہ عورتیں جنت میں داخل نہ ہوں گی اور جنت کی خوشبو بھی نہ سونگھیں گی حالانکہ جنت کی خوشبو اتنی اتنی مسافت سے محسوس کی جاتی ہے (مسلم شریف (مترجم) جلد سوم، کتاب الجنۃ والصفۃ، حدیث نمبر 7064، صفحہ نمبر 634 مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆جدید سائنسی انکشافات:

ڈاکٹر بیٹر کی وارننگ: مذکورہ ڈاکٹر روحانیت کا بڑا محقق ہے۔ لیڈ بیٹر کے

مطابق جس لباس سے نسوانی جسم کی جھلک نظر آئے، اس جسم سے میں نے غلیظ اور نسواری لہروں کو نکلتے ہوئے دیکھا ہے۔

☆ الیکٹرو لائٹ ریز کے نقصانات:

سورج میں موجود الیکٹرو لائٹ ریز سخت گرمی میں جلد اور جسم کے لئے نقصان دہ ہوتی ہے۔ اگر لباس موٹا ہو تو یہ شعاعیں لباس سے باہر رک جاتی ہیں۔ اگر لباس باریک ہو تو یہ شعاعیں جلد کو بہت زیادہ نقصان پہنچاتی ہیں۔

سبق: محترم حضرات! افسوس کے ساتھ یہ بات کہی جارہی ہے کہ آج کل عورتیں باریک لباس پہننے میں فخر محسوس کرتی ہیں۔ یہی نہیں بلکہ باریک لباس پہن کر باریک سا دوپٹہ گلے میں ڈال کر گلیوں اور بازاروں میں بے پردہ گھومتی ہیں جس سے مرد ان کی طرف مائل ہوتے ہیں۔ انہی عورتوں کے بارے میں حدیث مبارکہ میں فرمایا گیا کہ "کپڑے پہنے ہوئے ننگی عورتیں" کیونکہ باریک لباس میں جسم جھلکتا ہے۔ یہ ہمارے مردوں کا کام ہے کہ وہ عورتوں کو ان کاموں سے روکیں۔ "عورت کی بے پردگی مرد کی بے غیرتی کی علامت ہے" باریک لباس اسلامی اور سائنس دونوں اعتبار سے نقصان دہ ہے۔

☆ تنگ لباس کے نقصانات اور سائنسی تحقیق:

تنگ لباس اور فزیالوجی: تنگ لباس سے لوکل مسلز مردہ اور کمزور ہو جاتے ہیں کیونکہ باہر کے مسلز میں جیسے حرکت ہوتی ہے ایسے ہی اندرونی باریک مسلز ہوتے ہیں اور ان میں بھی حرکت ہوتی ہے جیسا کہ سوئی اگر جلد کے اندر چلی جائے تو وہ ان باریک مسلز کی حرکت کی وجہ سے کہاں سے کہاں چلی جاتی ہے۔

جب تنگ لباس زیب تن کیا جاتا ہے تو ان باریک مسلز کو بہت نقصان پہنچتا ہے۔ ان کی حرکات رک جاتی ہیں جس سے ذہنی دباؤ اعصابی تناؤ اور کھچاؤ جیسے امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔

☆ سبق: تنگ لباس آج کل فیشن بن چکا ہے۔ تنگ لباس پہننے سے جسم کا ابھار نظر آتا ہے اور لوگوں کی نگاہیں اس طرف مائل ہوتی ہیں۔ تنگ لباس والی عورتوں کو دیکھ کر مرد کو شرم آ جاتی ہے مگر عورتیں تنگ لباس پہن کر فخر محسوس کرتی ہیں حالانکہ اس سے بے پردگی بھی ہوتی ہے اور اس کے سنگین جسمانی نقصان ہیں۔ بے پردگی سے اس کے جسم کے ابھرے ہوئے حصے ظاہر ہوتے ہیں جو سخت گناہ ہے مگر عورتیں اس بات کو نہیں سمجھتی۔

☆مسجد میں داخلے کا طریقہ اور سائنسی تحقیق:

سنت طریقہ: مسجد میں داخل ہونے کا سنت طریقہ یہ ہے کہ سب سے پہلے سیدھا پاؤں مسجد میں رکھا جائے پھر دعا پڑھی جائے اور مسجد سے نکلتے وقت الٹا پاؤں مسجد سے نکالا جائے پھر دعا پڑھی جائے۔

☆سائنسی تحقیق:

موجودہ سائنس دان یہ کہتے ہیں کہ اگر آدمی سیدھا پاؤں آگے بڑھائے اور اس کی موت واقع ہوجائے تو وہ آگے کی جانب گرتا ہے اور جب الٹا پاؤں آگے بڑھائے اور اس کی موت واقع ہوجائے تو وہ پیچھے کی جانب گرتا ہے۔

☆سنت کی حکمت:

اللہ اکبر! سنت کی حکمت دیکھئے جب آپ سیدھا پاؤں مسجد میں داخل کریں اور موت آجائے تو آپ کا انتقال مسجد میں ہوگا اور باہر نکلتے وقت الٹا پاؤں آگے بڑھایا جائے اور موت واقع ہوجائے تو بھی آپ کا انتقال مسجد میں ہوگا۔

☆ سونے کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

اللہ اللہ! کیا سونا تھا میرے سرکار دو عالم ﷺ کا کہ رات کے اکثر حصے میں تو اپنی گنہ گار امت کے لئے دعائیں کرتے تھے۔ رو رو کر راتیں گزار دیتے، کچھ دیر سوتے، وہ بھی امت کو سونے کا سلیقہ سکھانے کی خاطر، عظمتیں، شفاء اور صحت مندی بخشنے کے لئے۔ میرے سرکار ﷺ کے سونے کا طریقہ ثمرات اور برکات سے بھرپور ہے۔ یہ میں نہیں کہتا بلکہ موجودہ سائنس اس بات کی تائید کرتی ہے۔

☆ سیدھی کروٹ لیٹنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = سرکار دو عالم ﷺ جب اپنی خواب گاہ تشریف لے جاتے تو اپنا سیدھا ہاتھ مبارک اپنے سیدھے رخسار کے نیچے رکھ کر لیٹتے (شمائل ترمذی، باب ماجاء فی صفۃ نوم، رسول اللہ (مترجم) جلد دوم صفحہ نمبر 871، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

دل الٹی جانب ہے۔ اگر الٹی طرف لیٹیں تو مندرجہ ذیل عوارضات کا قوی خطرہ ہے۔ دل کے امراض پیدا ہوجاتے ہیں کیونکہ بائیں کروٹ لیٹنے سے معدے اور آنتوں کا بوجھ دل پر پڑتا ہے جس کی وجہ سے دوران خون اور دل کی

حرکت میں کمی پیدا ہو جاتی ہے۔ نیند کے بارے میں ممبئی ہوسپیٹل کے تجربات (ممبئی آڈیٹوریم) ڈاکٹر لال شرمانے کئے ہیں۔ ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ جن مریضوں کو مسلسل سیدھی کروٹ سلایا گیا، وہ مریض بہت جلد صحت یاب ہو گئے اور جن مریضوں کو الٹی کروٹ سونے دیا گیا، وہ بے چین ہی رہے۔ جدید تحقیق نے یہ بات ثابت کر دی ہے کہ سیدھی طرف سونا دل اور معدے کے امراض سے بچاتا ہے حتیٰ کہ بے ہوشی سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔

☆ زمین پر سونا اور جدید تحقیق:

سرکار دو عالم ﷺ کو اللہ تعالیٰ نے ہر چیز کا مختار بنایا ہے۔ بقول آپ ﷺ کہ میں اگر چاہوں تو میرے ساتھ سونے کے پہاڑ چلیں مگر میں نے اس کو پسند کیا کہ آج کھاؤں اور کل اپنے رب جل جلالہ سے مانگوں۔ باوجود اس شان کے آپ ﷺ چٹائی پر سوتے تھے۔ اگر چٹائی نہ ہوتی تو زمین پر بھی لیٹ جایا کرتے تھے۔

☆ زمین پر سونے کے متعلق جدید تحقیق:

جدید تحقیق کے مطابق زمین پر بیٹھنے اور سونے سے نہ صرف بہت سی بیماریوں سے نجات ملتی ہے بلکہ موٹاپا بھی نہیں آتا اور پیٹ بھی نہیں بڑھ سکتا۔

زمین پر سونے سے غرور و تکبر جیسی بیماریاں بھی ختم ہو جاتی ہیں۔

☆نرم بستر کا استعمال اور سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میرے سرکار دو عالم ﷺ کے سونے اور آرام کرنے کا بستر چمڑے کا ہوتا تھا جس میں کھجور کی چھال بھری ہوتی تھی (شمائل ترمذی (مترجم) باب ما جاء فی فراش رسول اللہ، جلد دوم، صفحہ نمبر 889، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ڈاکٹر نکسن وزیٹر کی سائنسی تحقیق:

ڈاکٹر صاحب نے آرام دہ اور نرم بستر کے مندرجہ ذیل نقصانات بتاتے ہیں۔

1......ایک چست اور چلتا پھرتا انسان جب آرام دہ بستر استعمال کرتا ہے تو اس کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں اور وہ تمام زندگی کے معمولات میں سست پڑ جاتا ہے۔

2...... بہت زیادہ نرم بستر گردوں پر برا اثر ڈالتا ہے حتیٰ کہ گردوں کی نالیوں میں پیچیدہ ورم پیدا ہو جاتا ہے۔

3......آرام دہ بستر ریڑھ کی ہڈی کو بہت نقصان پہنچاتا ہے اور میرے

مشاہدے میں ایسے مریض ہیں جو آرام دہ بستر کی وجہ سے ریڑھ کی ہڈی کے مریض بن گئے۔

4......بچوں کی ہڈیاں نرم ہوتی ہیں۔اگر انہیں نرم بستر استعمال کروایا جائے تو ان کی ہڈیاں ٹیڑھی ہو جاتی ہیں اور پوری زندگی معذوری ان کا مقدر بن جاتی ہے۔

5......آرام دہ بستر کمر کے درد کا باعث بن جاتا ہے کیونکہ کمر اور پشت کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں اور اگر مسلسل نرم بستر استعمال کیا جائے تو یہ درد بڑھتا ہی چلا جاتا ہے۔

دونوں جہاں کے سرکار ﷺ چٹائی پر سوتے تھے جس کے باعث بعض اوقات آپ ﷺ کے پھول سے زیادہ نازک جسم اطہر پر نشان پڑ جاتے۔

بستر کا جھاڑنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار اعظم ﷺ نے فرمایا کہ جب تم میں سے کوئی بستر پر لیٹے تو اندر کی طرف چادر اور بستر جھاڑ لے کیونکہ کوئی نہیں جانتا کہ اس کے نیچے کیا ہے۔(ابن ماجہ شریف)

جدید تحقیق:

ایک صاحب کا واقعہ ہے کہ سردی کے موسم میں ان کے بستر میں رضائی کی

گرمائش کی وجہ سے سانپ چھپ گیا، جب وہ سونے کے لئے لیٹے تو اس سانپ نے انہیں ڈس لیا جس کی وجہ سے وہ صاحب فوت ہو گئے۔

اس طرح سے بے شمار خطرات ہیں لہذا کوشش کرنی چاہئے کہ بستر پر جانے سے قبل بستر کو جھاڑ لینا چاہئے۔ کم از کم تین مرتبہ بستر کو جھاڑ لینا چاہیے تاکہ کوئی موذی جانور یا چھوٹا موٹا جانور آپ کے جسم کے کسی حصے کو نقصان نہ پہنچا سکے۔

☆ الٹا لیٹنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = رسول اللہ ﷺ نے ایک شخص کو پیٹ کے بل لیٹے (الٹا لیٹا ہوا) دیکھ کر فرمایا: اس طرح لیٹنے کو اللہ تعالیٰ پسند نہیں فرماتا (ترمذی شریف (مترجم) جلد اول، حدیث نمبر 670، صفحہ نمبر 276، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

اوندھے منہ لیٹنے سے تمام اعضاء ہضم اور اعضائے رئیسہ اوندھے اور بے ترتیب ہوجاتے ہیں۔ اس کا سب سے پہلا نقصان دماغ پر پڑتا ہے۔ لہریں اپنی ترتیب سے ہٹ کر دوسرا منفی رخ اختیار کرلیتی ہیں حالانکہ وہ مسلسل مثبت انداز سے انسان کو فائدہ پہنچاتی ہیں۔ جب یہ لہریں منفی آتی ہیں تو آدمی کو ڈراؤنے خواب نظر آتے ہیں۔

حتیٰ کہ ماہرین نفسیات کے مطابق ایسے شخص کی زندگی کا رخ بھی اپنی ترتیب سے ہٹ جاتا ہے اور وہ الٹی سوچ کا حامل ہو جاتا ہے۔ الٹے لیٹنے سے پیٹ بھی پھول جاتا ہے حالانکہ آپ دبلے پتلے ہیں۔ اگر الٹے لیٹتے ہیں تو آپ کا پیٹ پھول جائے گا۔

بعض لوگ کہتے ہیں کہ اگر ہم الٹا نہیں لیٹتے تو ہم کو نیند نہیں آتی۔ ہماری الٹے لیٹنے کی عادت ہو گئی ہے۔ ان کو ان تحقیقات کے بعد ذرا سوچنا چاہیے کہ ہمارے آقا ﷺ کا حکم کس قدر فوائد سے بھرپور ہے۔

☆ باوضو سونا اور جدید تحقیق

حدیث شریف = حضرت براء بن عازب رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ نے مجھ سے فرمایا: جب تم بستر پر جانے کا ارادہ کرو تو وضو کرو جس طرح نماز کے لئے وضو کرتے ہو اور پھر سیدھے پہلو پر لیٹو (مسلم شریف جلد سوم (مترجم) کتاب الذکر والدعا، حدیث نمبر 6755، صفحہ نمبر 524 مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

نیند اصل میں آرام کا وقت ہے۔ آرام اور سکون کے لئے وضو بہت ضروری

ہے جیسا کہ آپ نے پڑھا کہ وضو اعضاء کو تعدیل میں لاتا ہے۔ وضو سے خرابی اور بے سکونی کا معقول علاج ہے۔ وضو ڈپریشن کا فوری علاج ہے۔ اس سکون کے مقصد کو حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے کہ وضو کر کے سویا جائے۔

وضو کر کے اگر پاک صاف ہو کر ذکر اللہ کر کے سویا جائے تو سکون اور چین کی نیند آتی ہے۔ اس کے علاوہ ہمیں کیا معلوم کہ ہماری زندگی کی آخری رات ہو مگر افسوس کہ ہم فلمیں، ڈرامے دیکھ کر الٹے سو جاتے یں اور بعض لوگ تو فلمیں اور بے ہودہ ڈانس دیکھتے دیکھتے ہی سو جاتے ہیں۔ ٹی وی بند کرنا بھی انہیں یاد نہیں رہتا پھر کہتے ہیں کہ بیماریاں آتی ہیں۔ سکون ہمارے گھروں سے چلا گیا ہے۔ یاد رکھئے! سکون صرف اور صرف تعلیمات سرکار دو عالم ﷺ میں ہی ہے۔

☆بغیر منڈیر والی چھت پر سونا اور تحقیق:

سرکار دو عالم ﷺ نے حدیث شریف میں بغیر منڈیر والی چھت پر سونے کی ممانعت فرمائی۔ چنانچہ حدیث شریف ملاحظہ فرمائیں۔

حدیث شریف = حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ رسول پاک ﷺ نے ایسی چھت پر سونے سے منع فرمایا جہاں (گرنے سے) کوئی

رکاوٹ نہ ہو (ترمذی مترجم) جلد اول، حدیث نمبر 756، ص نمبر 307، مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

☆ جدید تحقیق: اول تو رات کو آدمی پیشاب وغیرہ کے لئے اٹھے اور اندھیرے میں پتہ نہ چلے تو وہ چھت سے گر کر جاں بحق ہو جائے گا۔

دوم یہ کہ بعض افراد کو سونے میں چلنے کی عادت ہوتی ہے لہذا اگر وہ بغیر منڈیر والی چھت پر نیند میں چلا تو پھر جان ضائع ہونے کا خطرہ ہے۔

سوم یہ کہ بعض افراد کی نیند بہت گہری ہوتی ہے اور وہ لیٹے لیٹے کہاں سے کہاں نکل جاتے ہیں۔ ایسے افراد کے لئے بھی بغیر منڈیر والی چھت پر سونا خطرے سے خالی نہیں۔ اسی لئے سرکار دو عالم ﷺ نے منع فرمایا۔

☆ عمامے کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

افسوس کہ غیر مسلم اپنا شعار چھوڑتے نہیں اور مسلمان اپنا شعار اپناتے نہیں۔ اے مسلمانو! ہمارے سرکار دو عالم ﷺ کی سنت عمامہ وہ عظیم سنت ہے جس کے دنیاوی فوائد موجودہ سائنس بھی مانتی ہے۔

حدیث شریف = حضرت عبداللہ ابن عمر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: جب

رسول محتشم ﷺ عمامہ شریف باندھتے تو دونوں کندھوں کے درمیان شملہ چھوڑتے (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر 840، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

عمامہ باندھنے سے متعلق فوائد جو سائنسی تحقیق نے بیان کئے ہیں۔ وہ درج ذیل ہیں۔

1......فزیالوجی کی تحقیق اور ریسرچ کے مطابق جب حرام مغز محفوظ رہے گا تو جسم کا اعصابی نظام اور عضلاتی نظام درست اور منظم رہے گا اور ایسا عمامے کے شملے میں ممکن ہے۔

2......عمامے کا شملہ نچلے دھڑ کے فالج سے بچاتا ہے کیونکہ عمامے کا شملہ حرام مغز کو سردی، گرمی اور موسمی تغیرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس لئے ایسے آدمیوں کو سرسام کے خطرات بہت کم رہتے ہیں۔

3......عمامے کا شملہ ریڑھ کی ہڈی کو ورم سے بھی بچاتا ہے۔

4......دردسر کے لئے عمامہ شریف بہت مفید ہے جو عمامہ باندھے گا اسے دردسر کا خطرہ بہت کم ہو جائے گا۔

5......عمامہ شریف دماغی تقویت اور یادداشت بڑھانے میں موجب اثر ہے۔

6......عمامہ شریف باندھنے سے دائمی نزلہ نہیں ہوتا، اگر ہو بھی جائے تو اس کے اثرات کم ہوتے ہیں۔

7......جو آدمی عمامہ شریف باندھے گا وہ لو لگنے سے بچ جائے گا۔

8...... جمالیاتی نکتہ نظر سے بھی عمامہ ''چہرہ'' کو بارعب اور پرکشش بنادیتا ہے۔

9...... جنگ اور زلزلوں کی فلک شگاف آوازوں یا طوفانی بادوباران کی کڑک سے کانوں کو صدموں سے بچانے کے لئے عمامہ کا استعمال نہایت مفید رہتا ہے۔

10...... چنانچہ ہوائی حملوں سے بچاؤ کے لئے منہ کے بل لیٹ کر سر اور چہرے کو ڈھانکنے کے احکام دیئے جاتے ہیں۔ اگر سر پر عمامہ کی سنت رہے تو ہم ان تمام خطرات سے بیک وقت بچ سکتے ہیں۔ غرض یہ کہ اس پیاری سنت میں بے شمار حکمتیں پوشیدہ ہیں۔

☆روسی ماہر کا عمامے اور ٹوپی کے متعلق بیان:

مشہور روسی ماہر نے بالوں کے گرنے سے متعلق لکھا ہے کہ پگڑی اوراوڑھنی

یا بغیر ٹوپی کے ننگے سر چلنا بالوں کے لئے نقصان دہ ہے۔

ننگے سر بالوں پر براہ راست دھوپ کی گرمی، سردی کے اثرات سے نہ صرف بال بلکہ پورا چہرہ اور دماغ بھی متاثر ہوتا ہے جس سے صحت بھی متاثر ہوسکتی ہے۔

☆مشہور شاعر اکبر الہ آبادی کی کہاوت:

ہندوستان کے مشہور شاعر اکبر الہ آبادی اپنے ایک شعر میں کہتے ہیں کہ جب تک مسلمانوں نے پگڑی اور عمامہ باندھے رکھا، انگریزوں کے رسم ورواج کی دھول ان کے دماغ پر اثر انداز نہ ہوسکی مگر جب سے مسلمانوں نے پگڑی اور عمامہ چھوڑا ہے، انگریزوں کے طور طریقے ان کے ذہنوں پر سوار ہو گئے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ آج کا مسلمان پتلون میں شرٹ ڈال کر گلے میں ٹائی کا پھندا ڈال کر اور پیروں میں چمکدار جوتے پہن کر چلنے میں فخر محسوس کرتا ہے۔ عمامے اور ٹوپی والے شخص کو حقارت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔

☆داڑھی کی سُنّت اور

جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا: مونچھیں کترو اور داڑھیوں کو کثرت دو اور یہود و نصاریٰ کے خلاف کرو (بیہقی شریف)

داڑھی رکھنا فطرت میں سے بھی ہے۔ مسلمان کا زیور بھی ہے، داڑھی منڈوانا حرام ہے۔ ایک مٹھی سے کم کرنا یعنی خشخشی داڑھی رکھنا بھی حرام ہے۔ اس کے علاوہ آج کل فرنچ کٹ داڑھی رکھی جاتی ہے۔ یہ داڑھی کا مذاق ہے۔ سنت طریقہ داڑھی رکھنے کا ایک مٹھی ہے۔ یہ تمام انبیاء کرام علیہم السلام کی سنت میں سے ہے۔ اس کو منڈوانے کے بے شمار نقصانات ہیں جس پر سائنس نے تحقیق کی ہے۔

☆ داڑھی منڈوانے کے نقصانات اور جدید انکشافات:

شیو کرنے سے جتنا زیادہ جلد کو نقصان پہنچتا ہے، شاید جسم کے کسی حصے کو پہنچتا ہو۔ دراصل شیو کا نشتر جلد کو مسلسل رگڑتا رہتا ہے اور ہر آدمی کی خواہش ہوتی ہے کہ چہرے پر ایک بال بھی نہ ہو کہ چہرے کے حسن و نکھار میں کمی واقع نہ ہو۔ اب بار بار ایک تیز استرے یا بلیڈ سے جلد کو چھیلا جاتا ہے جس سے چہرے کی جلد حساس ہو جاتی ہے اور طرح طرح کے امراض کو قبول حصول کی صلاحیت پیدا کر لیتی ہے۔

کنداسترا یا بلیڈ چہرے پر پھیرنے میں زیادہ طاقت استعمال کرنی پڑتی ہے جس سے جلد مجروح ہوجاتی ہے۔ یہ زخم آنکھوں سے نظر نہیں آتے لیکن ان کی جلن کا احساس ہوتا رہتا ہے۔ جب جلد پر کوئی خراش آجائے تو جراثیم کو داخلے کا ذریعہ مل جاتا ہے۔ اس طرح داڑھی مونڈھنے والا طرح طرح کے امراض میں مبتلا ہوجاتا ہے۔

چہرے پر پہلے پھنسیاں نکل سکتی ہیں پھر (Impeigo) کے علاوہ ایک خصوصی جلدی سوزش جسے ''حجام'' کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے یعنی (Barbac Sycosis) جیسی خطرناک جلدی بیماریاں لگ سکتی ہیں۔

اس کے علاوہ بعض ایسی خطرناک چھوتی بیماریاں چہرے پر اور اس کے ذریعے پورے جسم کو اپنی لپیٹ میں لے سکتی ہے وہ بیماریاں مندرجہ ذیل ہیں۔

☆ چہرے پر مسوں کا نکل آنا

☆ چہرے کی جلد کا خشک ہوجانا

☆ کیل اور جھائیاں کا ہوجانا

☆ ناک پر دانے کیل اور مہاسے کا نکل آنا

☆ عام پھوڑے پھنسیوں کا ہوجانا

☆ ایگزیما ہونا

☆ پتی اچھلنا، الرجی وغیرہ وغیرہ

یہ سب نقصانات دنیاوی ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو معاف فرمائے کہ قیامت کے دن اس کا کیا عذاب ہوگا کیونکہ داڑھی منڈوانا یہودیوں کی سی صورت بنانے کے مترادف ہے۔ اگر کل قیامت کے دن ہم سے سرکار دو عالم ﷺ نے منہ پھیر لیا تو ہمارا کیا ہوگا؟

☆ ختنہ کرنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = سید عالم نور مجسم ﷺ نے ارشاد فرمایا: یہ چیزیں فطرت میں داخل ہیں۔

کلی کرنا، ناک میں پانی چڑھانا، مسواک کرنا، مونچھوں کا کتروانا (کم کروانا) بغلوں کے بال اکھاڑنا، زیر ناف بال اکھیڑنا، جوڑوں کا میل صاف کرنا، پانی کے چھینٹے دینا اور ختنہ کرنا (ابن ماجہ (مترجم) باب الفطرہ جلد اول، حدیث نمبر 311، صفحہ نمبر 114 مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

ڈاکٹر واچر نے ختنہ کے متعلق تحقیق میں وضاحت کی ہے۔

1 ......جس کی ختنہ ہو، وہ شرم گاہ کے سرطان سے بچ جاتا ہے۔

2......ختنہ کے نہ کرنے سے پیشاب کی بندش، گردے کی پتھری کے خطرات موجود رہتے ہیں۔

3......ختنہ سے مرد غیر ضروری شہوت اور خیالات کے انتشار سے بچ جاتا ہے۔

4......بعض خطرناک بیماریوں کے جراثیم عضو خاص کے گھونگھٹ میں پھنس کر اندر ہی اندر بڑھنا شروع ہوجاتے ہیں جس سے عضو خاص کے ایگزیما میں خارش اور الرجی ہوجاتی ہے۔

بعض لوگ ایسے دیکھنے میں آئے ہیں کہ ختنہ نہ ہونے کی وجہ سے اولاد سے محروم ہوجاتے ہیں۔قوت باہ میں کمی ہوجاتی ہے اور طرفین نشاط اور سرور سے محروم رہتے ہیں جوان کا انسانی حق ہے۔اطباء اور بعض ڈاکٹروں کی رائے ہے کہ بچے کے ختنہ نہ کئے ہوئے ہوں اور وہ مرض ''ام صبیان'' جس میں بچہ بے ہوشی کے خطرناک دوروں میں مبتلا ہوتو ختنہ کردینے سے جلد شفایاب ہوجاتا ہے اور اس سے بہتر اور کوئی علاج غیر مختون مریض بچے کا نہیں ہے۔اس کھال کی موجودگی میں یہ حصہ بدن کا نہایت حساس ہوتا ہے جس کا اثر بلوغت کے وقت محسوس ہوتا ہے۔اس کے کٹ جانے سے نرمی میں کمی آجاتی ہے۔

☆ سرکار دو عالم ﷺ کا چلنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت مولا علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: جب سرور کونین ﷺ چلتے تو کسی قدر آگے جھک کر چلتے۔ گویا کہ آپ ﷺ بلندی سے اتر رہے ہیں (شمائل ترمذی (مترجم) باب ماجاء مشبہۃ رسول اللہ ﷺ، جلد دوم، صفحہ نمبر 841، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

ڈاکٹر کلیم خان نے اس موضوع پر وسیع ریسرچ کی ہے ان کے مطابق سرکار دو عالم ﷺ کے چلنے کے انداز میں پاؤں کے پنجوں پر وزن زیادہ پڑتا ہے، اس کے بے شمار فوائد ہیں۔

1...... جو شخص اس انداز سے چلے گا وہ کبھی جوڑوں کا مریض نہیں بن سکتا۔

2...... پہلے اس انداز سے چلنے کی مشق کرے، پھر چلنا شروع کرے، لمبے سفر میں نہیں تھکے گا۔

3...... یورپین سیاحوں کی معلوماتی کتابوں میں یہ بات واضح ہے کہ اگر سفر لمبا اور طویل ہے تو پاؤں کے پنجوں پر وزن دے کر قدرے جھک کر چلو، سفر

جلدی طے ہو جائے گا۔

4......اس انداز سے چلنے والوں کی نگاہ تیز ہوتی ہے۔

5......اعصابی کھچاؤ اور بے چینی ختم ہو جاتی ہے۔

☆ پیدل چلنا اور جدید تحقیق:

سرکار دو عالم ﷺ پیدل چلا کرتے تھے۔ گھوڑے اور دراز گوش پر بھی کبھی کبھی سواری فرماتے تھے۔ مگر اکثر پیدل چلا کرتے تھے۔ علماء حدیث فرماتے ہیں کہ کبھی سواری کی لگام تھام کر پیدل چلنا چاہیے یعنی مقصد آدمی کا پیدل چلنا ہے۔ آج اس نعمت کو چھوڑ کر ہم پریشان ہیں جبکہ تمام یورپ پیدل چلتا ہے اور مزید پیدل چلنے کی ترغیب دیتا ہے۔

☆ اونچی ایڑھی کے جوتے کے نقصانات اور جدید تحقیق:

عورتوں کو اونچی ایڑھی کے سینڈل اور جوتے پہننے کا شوق ہے اور وہ نہیں جانتیں کہ اس سے ان کے پاؤں، ٹانگوں اور پورے جسم کی ساخت کو کیسے نقصان پہنچتا ہے۔ آج کل فیشن کی خاطر اونچی ایڑھیوں کے تنگ جوتے عام طور پر پہنے جاتے ہیں۔

تنگ جوتوں اور سینڈلوں سے پاؤں اور ٹانگوں کے بعض حصوں میں دوران خون میں رکاوٹ پڑتی ہے اور پاؤں، پنڈلیاں، ٹانگین اور کبھی کبھی کمر میں درد ہوتا ہے۔اس کے نتیجے میں ورم، وریداور دلمہ رگ کے عارضے بھی ہوجاتے ہیں یعنی ٹانگوں یا پیروں کی رگوں میں خون کے لوتھڑے سے ہوجاتے ہیں اگر خواتین ایسی جوتیاں پہننا چھوڑ دیتی ہیں، تو جلد ہی ان کی ایسی شکایات کے خطرات کم ہوجاتے ہیں۔

☆ناخن تراشنا اور جدید سائنسی تحقیق:

ناخن تراشنا سرکار دوعالم ﷺ کی سنت مبارکہ ہے۔ناخن ہرکوئی کاٹتا ہے۔ اگر سنت کے مطابق کاٹے اور سنت کی نیت کرلے تو سنت کا بھی ثواب ملے گا۔

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ جمعہ کے دن نماز کے لئے جانے سے پہلے موںچھیں کترواتے اور ناخن ترشواتے (شعب الایمان، باب فی الطہارات، حدیث نمبر 2763، جلد 3، صفحہ نمبر 24)

☆جدید سائنسی تحقیق:

ناخنوں کی صفائی کے بارے میں ایک رسالے سوشیل میڈیسن میں ڈاکٹر سیل او یارک نے لکھا ہے کہ نسل انسانی میں اس کا استعمال محدود اور ان کا صاف نہ رہنا بڑا پرخطر ہوا کرتا ہے اس لئے زیادہ بڑے ہوئے ناخن جراثیم کی پناہ گاہ اور اکثر متعدی بیماریوں مثلاً ٹائیفائیڈ، اسہال اور پیچش، ہیضہ اور آنتوں کے کیڑے اور ورم پیدا کرنے والے جراثیم کے پھیلانے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر سیل لکھتے ہیں کہ بڑھے ہوئے ناخن مضر صحت ہوتے ہیں۔ بعض لوگ اپنے ناخن اپنے دانتوں سے کترتے ہیں۔ یہ ایک گندی عادت ہے۔ ناخنوں کو ہمیشہ ان کی قدرتی حدود پر قائم رکھنا چاہیئے۔

پیٹ کے کیڑوں کے انڈے انسانی ناخن میں پوشیدہ رہتے ہیں اور انسان جب کھانا کھاتا ہے تو یہ انڈے غذا میں شامل ہوکر پیٹ کی اندر چلے جاتے ہیں اور اندر ہی اندر پھلتے پھولتے رہتے ہیں۔

تحقیق کے مطابق جو خواتین ناخن بڑھاتی ہیں، وہ خون کی کمی کا شکار ہوجاتی ہیں اور ایسی عورتیں نفسیاتی امراض کا زیادہ شکار ہوں گی حتیٰ کہ ایک ماہر نفسیات کے بقول ناخن بڑھانا اتنا خطرناک ہے کہ انسان کو اتنا نفسیاتی مریض بنا دیتا ہے کہ وہ خودکشی کی طرف مائل ہوجاتا ہے۔

☆ناخن پالش کی لعنت اور سائنسی انکشافات:

کروموپیتھی کا اصول: کروموپیتھی کے ماہرین کے مطابق رنگ انسانی زندگی پر اثر انداز ہوتے ہیں اور انسان جس رنگ کو بار بار دیکھتا ہے تو اس کا اثر انسانی زندگی پر غالب ہوتا ہے چونکہ اکثر ناخن پالش سرخ رنگ کی ہوتی ہے اور یہ رنگ اشتعال، غصہ اور بلڈ پریشر ہائی کرتا ہے اس لئے وہ لوگ جو پہلے سے اس مرض میں مبتلا ہوں، ان کے امراض میں فوری اضافہ ہو جاتا ہے اور صحت مند آدمی بھی آہستہ آہستہ ان امراض کی طرف مائل ہو جاتا ہے۔

انسانی صحت اور تندرستی کے لئے ہر رنگ کا ایک منفرد مزاج ہوتا ہے۔ موجودہ فیشن نے مختلف ناخن پالش کے استعمال کی ترغیب دی ہے۔ ان مختلف رنگوں کی الرجی عام آدمی کے لئے بھی ناقابل برداشت ہے تو کیا ایک مریض برداشت کر سکے گا؟

ناخن پالش ناخن کے مسامات کو بند کر دیتی ہے مزید چونکہ ناخن پالش میں رنگدار کیمیکل ہوتے ہیں، اس لئے کیمیکل بے شمار امراض کا باعث بنتے ہیں۔ خاص طور پر اس کے جسم کے ہارموز سسٹم پر بہت برا اثر پڑتا ہے جس سے خطرناک زنانہ امراض پیدا ہوتے ہیں۔

محترم حضرات! یہ لعنت عورتوں میں کوٹ کوٹ کر بھری ہوئی ہے ان کو ان کاموں میں بالکل دیر نہیں لگتی۔ ذرا بھی خوشی کا موقع ہو فوراً ہی ناخن پالش لگاتی ہیں، نیل پالش کے نقصانات آپ اوپر پڑھ چکے ہیں۔

اب دینی نقصانات پڑھیئے کہ نیل پالش کو اگر دھو بھی لیا جائے تو اس کے اجزاء ناخنوں کی تہہ میں جم جاتے ہیں جس سے وضو نہیں ہوتا۔ اگر غسل فرض ہوجائے تو غسل بھی نہیں ہوگا اور غسل نہ ہوا تو ہماری نمازوں کا کیا بنے گا اور اگر عورت اسی حالت مرگئی تو نہ جانے کیا آفت آئے۔ لہذا اس قسم کے فیشن سے اجتناب کرنا چاہیے کہ ہم ایسا کام ہی کیوں کریں کہ جس کا دینی حوالے سے نقصان پہنچتا ہو۔ اس لئے ہماری ماؤں، بہنوں کو اس قسم کی چیزیں لگانے سے بچنا چاہیے کیونکہ اس کا دنیا میں بھی نقصان ہے اور آخرت میں بھی نقصان ہے۔

☆ نکاح کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

نکاح کرنا سرکار دو عالم ﷺ کی سنت ہے۔

حدیث شریف = حضرت عبداللہ ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا: اے نوجوانو! تم میں سے جو شخص نفقہ اور مہر کی طاقت رکھتا ہو، اسے نکاح کر لینا چاہئے کیونکہ نکاح نگاہ کو بہت روکنے والا ہے اور شرم گاہ کو محفوظ رکھنے والا ہے اور تم میں سے جو شخص اس کی طاقت نہ رکھے، اس کو چاہیے کہ وہ روزہ رکھے اس لئے کہ روزہ شہوت کو ختم کرتا ہے۔ (مسلم شریف جلد دوم (مترجم)، کتاب النکاح، حدیث نمبر 3294، صفحہ نمبر 288، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆ ڈاکٹر واچر لوہک کے انکشافات:

ڈاکٹر واچر لوہک سڈنی کے عظیم معالج ہیں۔ انہوں نے ایک انٹرویو میں اس بات کی وضاحت کی ہے کہ اگر بلوغت کے بعد شادی میں دیر کی جائے تو جسمانی

جنسی ہارمونز کی طبعی کیفیت ختم ہوجاتی ہے اور وہ آہستہ آہستہ زوال کی طرف مائل ہوتے جاتے ہیں۔غدہ فوق الکلیہ (Adrend Glands) کی رطوبت میں کمی واقع ہوکر جسمانی ہیجان میں پہلے سے زیادہ اور آہستہ آہستہ کمی واقع ہوجاتی ہے۔

بلوغت کے بعد شادی نہ ہونے کی وجہ سے معاشرتی برائیاں پھیلنے کے خطرات بڑھتے ہیں۔اگر شادی ہو بھی جائے تو پھر بھی وہ برائیوں کی عادت ختم نہیں ہوتی۔یہ معاشرہ روز بروز خراب ہوتا جارہا ہے۔

اس وقت معاشرتی برائیوں کی بنیادی وجہ نوجوان نسل میں جذباتی اور جنسی رجحان ہے اور شادی اس رجحان پر قابو پانے کا بہترین نسخہ ہے لیکن رواج اور فیشن کی زندگی نے شادی کو مشکل اور زنا کو آسان بنادیا ہے۔پورا یورپ جنسی اسکینڈلوں میں مبتلا ہے۔یورپ کے صدر، وزیراعظم سے لے کر ہر آخر آدمی جنسی گمراہی میں مبتلا نظر آتا ہے۔اسلام ایک مسیحا مذہب ہے۔اس کی ہر ایک شق راہ مستقیم ہے، نہ کہ راہ ضلالت؟ والدین کو چاہیے کہ وہ بالغ ہوتے ہی اپنی اولاد کی شادی کردیں تاکہ وہ برائیوں کی طرف نہ جائیں۔

☆ آبادی کی روک تھام کی مذمت اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = ابوداؤد، نسائی، وحاکم میں معقل بن یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ ایک شخص سرکار دوعالم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کی۔ یارسول اللہ ﷺ! میں نے عزت و مال و منصب ایک عورت میں پائے مگر اس کے بچہ نہیں ہوتا۔ کیا میں اس سے نکاح کرلوں؟ سرکار دوعالم ﷺ نے منع فرمایا۔ پھر دوبارہ حاضر ہوکر عرض کیا: حضور اکرم ﷺ نے منع فرمایا۔ تیسری مرتبہ حاضر ہوکر پھر عرض کی، ارشاد فرمایا: ''ایسی عورت سے نکاح کرو جو محبت کرنیوالی بچہ جننے والی ہو کہ میں تمہارے ساتھ اور (دوسری) امتوں پر کثرت ظاہر کرنے والا ہوں گا۔

(ابوداؤد (مترجم) جلد دوم' کتاب النکاح' صفحہ نمبر 112' حدیث نمبر 282' مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

ہماری تمام طاقتیں اس پر استعمال ہورہی ہیں کہ نسلوں کو کم کیا جائے اور الٹے سیدھے اشتہارات شائع کئے جاتے ہیں کہ آبادی میں کمی کی جائے حالانکہ یہ تو اللہ تعالیٰ کی طرف سے ایک نعمت ہے جس کو کوئی نہیں روک سکتا مگر افسوس کہ الٹی سیدھی دوائیاں کھلا کر عورتوں کو ان کی نسلوں کو بانجھ کیا جارہا ہے۔ مشاہدات

اور تجربات کے مطابق جو خواتین بچوں کو کم کرنے کے لئے ادویات استعمال کرتی ہیں، ان کی صورت حال کچھ یوں ہوتی ہے۔

ایک گائنا کولوجسٹ میڈی کیون (میکسیکو امریکہ یونیورسٹی کی چیف) نے خواتین کو انتباہ کیا ہے کہ خبردار اگر بچے کم کرنے کے لئے ادویات کا سہارا لیا تو بے شمار بیماریاں تمہارا دامن تھام لیں گی پھر یہی نہیں کہ تم مسلسل بیمار ہو جاؤ گی بلکہ کینسر کا خطرہ تمہارے سروں پر منڈلاتا رہے گا۔ عالمی ادارہ صحت WHO نے خواتین کے بریسٹ کینسر اور انجائنا کے اسباب میں ان ادویات کے استعمال کو دخل ہے۔ رپورٹ کے مطابق جو خواتین ایسی ادویات مسلسل استعمال کرتی رہیں گی وہ کسی نہ کسی وقت کینسر میں مبتلا ہو سکتی ہیں۔ اس میں بے ہوشی کے دورے غصہ جیسے مرض ہو سکتے ہیں۔ یہ بالکل بے معنی ہے۔ اس سے بچنا چاہیے کیونکہ کوئی عقلمند ذہن اس قسم کی ادویات کے استعمال کی اجازت نہیں دیتا۔ اس کے علاوہ ٹی وی پر چابی والی گولیاں اور سبز ستارہ وغیرہ کے اشتہارات دیئے جاتے ہیں۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ بہت بے پردگی کی بات ہے کیونکہ حدیث میں اس کی ممانعت ہے کہ عورت عورت کے لئے بھی پردہ ہے جبکہ اس الٹے سیدھے کام میں بہت بے پردگی ہے۔ ہمارے لئے حدیث شریف پر عمل کرنا زیادہ درست ہے، نہ کہ سبز ستارہ والوں کی بات پر اور پھر میڈیا بھی اس کام کو

بڑھ چڑھ کر پیش کرتا ہے۔ یہ لوگ یہ نہیں سمجھتے کہ آنے والا بچہ اپنا رزق خود لے کر آتا ہے اپنے پروردگار کی طرف سے۔

☆زنا کی آفت اور سائنسی تحقیق:

نکاح ایک واحد علاج ہے جو انسان کو شہوانی وسوسوں اور شہوت پرستی سے بچا لیتا ہے۔ اگر والدین اولاد کو صحیح تربیت نہ دیں اور اس کا علاج بالغ ہونے کے بعد جلد از جلد نہ کریں تو پھر انسان دو بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ پہلی بیماری وہ زنا کا عادی ہو جاتا ہے یا پھر وہ اپنی جوانی اپنے ہاتھوں سے ضائع کر دیتا ہے۔ ان دونوں بیماریوں کو بہت خطرناک کہا گیا ہے۔

زنا کاری ایک سخت گناہ ہے اور یہ وہ بیماری ہے جس میں ہزاروں لوگ مبتلا ہیں۔ سب سے زیادہ یہ بیماری یورپی ممالک میں پائی جاتی ہے۔ ان کے نزدیک یہ کوئی عیب نہیں سمجھا جاتا۔ مسلمانوں کو اسلام نے اس بیماری کی طرف جانے سے منع فرمایا ہے کیونکہ اس سے آخرت کا ہی نہیں بلکہ دنیاوی نقصان بھی بہت زیادہ ہے جو کہ زنا کار اپنی زندگی میں دیکھتا ہے۔ زنا کی نحوستیں زنا کار پر ہمیشہ رہتی ہیں جسے زنا کار خود بھی محسوس کرتا ہے۔

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ نے فرمایا: ہر ابن آدم کے لئے زنا سے

حصہ ہے۔ آنکھیں زنا کرتی ہیں اور ان کا زنا (شہوت کے ساتھ) دیکھنا ہے، ہاتھ زنا کرتے ہیں اور ان کا زنا (حرام کو چھونا) ہے، پاؤں زنا کرتے ہیں اور ان کا زنا چلنا ہے۔ مونہہ زنا کرتا ہے اور اس کا زنا بوسہ لینا ہے، دل ارادہ اور تمنا کرتا ہے اور شرمگاہ اس کی تصدیق یا تکذیب کرتی ہے۔

(مسلم شریف' کتاب القدر' حدیث نمبر 2657)

☆ یورپ میں زنا کی تباہ کاریاں اور بربادیاں:

امریکہ: جج بن لنڈ سے جس کو ڈنور کی عدالت جرائم اطفال میں صدر ہونے کی حیثیت سے امریکہ کے نوجوانوں کے اخلاقی حالات سے واقف ہونے کا بہت زیادہ موقع ملا ہے۔ اپنی کتاب (Rovolt of Modern Youth) میں لکھتا ہے کہ امریکہ میں بچے قبل از وقت بالغ ہونے لگے ہیں اور کچی عمر میں ان کے اندر منفی احساسات پیدا ہو جاتے ہیں۔ اس نے نمونے کے طور پر 312 لڑکیوں کے حالات کی تحقیق کی تو معلوم ہوا کہ ان میں 256 ایسی تھیں جو کہ گیارہ اور تیرہ برس کی درمیانی عمر میں بالغ ہو چکی تھیں اور ان کے اندر ایسی منفی

خواہشات اور جسمانی مطالبات کے آثار پائے جاتے ہیں (جو کہ ایک 18 برس اور اس سے بھی زیادہ عمر کی لڑکی میں ہونا چاہیے) ڈاکٹر ایٹھ ہو کر اپنی کتاب کے صفحہ نمبر 82 تا 86 میں لکھتی ہیں: نہایت مہذب اور دولت مند طبقوں میں یہ کوئی غیر معمولی بات نہیں ہے کہ سات آٹھ برس کی لڑکیاں اپنے ہم عمر لڑکوں سے عشق ومحبت کے تعلقات رکھتی ہیں جس کے باعث بسا اوقات زنا ہو جاتا ہے۔

دیکھا کہ سب سے پہلے یہ بیماری شہوت سے دیکھنے اور چھونے سے پیدا ہوتی ہے جس کی صداقت کی گواہی سائنس نے بھی دی کہ اگر ہم اس بیماری کو قریب ہی نہ آنے دیں، مطلب یہ کہ شہوت کے ساتھ دیکھنا اور چھونا چھوڑ دیں تاکہ زناکاری کی نوبت نہ پہنچے۔

☆ برباد جوانی اور جدید سائنسی انکشافات:

حدیث شریف = جلق لگانے والے (مُشت زنی کرنے والے) پر اللہ تعالیٰ کی لعنت ہے (کشف الخفاء، حرف النون جلد 2، ص 291)

☆ جدید تحقیق:

موجودہ سائنس اور ڈاکٹری رپورٹ بھی کہتی ہے کہ اپنے ہاتھوں سے جوانی ضائع کرنا یعنی منی نکالنا بے شمار بیماریوں کو جنم دیتا ہے جن کا ذکر درج ذیل ہے۔

1......تھوڑا کام کرنے کے بعد تھکاوٹ زیادہ محسوس ہوتی ہے۔

2......وزنی چیز اٹھانے سے قطرہ نکلنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

3......انسان شادی کے قابل نہیں رہتا۔

4......صبح اٹھنے کے بعد جسم ٹوٹنا شروع ہوجاتا ہے

5......جسم پھولنا شروع ہوجاتا ہے

6......چہرے سے رونق ختم ہوجاتی ہے

7......کمزوری اور غم بڑھ جاتا ہے

8......قوت حافظہ میں کمی واقع ہوجاتی ہے

9......بات بات پر غصہ آتا ہے

10......انسان چڑچڑا ہوجاتا ہے

اس کے علاوہ کئی بیماریاں ہیں جن کی موجودہ میڈیکل رپورٹ نے تصدیق کی ہے مگر افسوس کہ آج نوجوان اس بیماری میں کثرت سے مبتلا ہیں۔اس کی وجہ گندے لٹریچر اور فلمیں دیکھنا اور انٹرنیٹ پر گندی تصاویر دیکھنا ہے۔ہمیں اس بیماری سے بھی بچنا چاہیے۔

☆فلمیں دیکھنے کی لعنت اور سائنسی انکشافات:

حدیث شریف = نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ہر ابن آدم کے لئے زنا سے حصہ ہے۔ آنکھیں زنا کرتی ہیں اور ان کا زنا (حرام) دیکھنا ہے۔ ہاتھ زنا کرتے ہیں اور ان کا زنا پکڑنا (حرام کو چھونا) ہے۔ پاؤں زنا کرتے ہیں اور ان کا زنا چلنا ہے، مونہہ زنا کرتا ہے اور اس کا زنا بوسہ لینا ہے۔ دل ارادہ اور تمنا کرتا ہے اور شرمگاہ اس کی تصدیق یا تکذیب کرتی ہے۔

(مسلم شریف، کتاب القدر حدیث نمبر 2657)

☆فلموں کے نقصانات اور جدید انکشافات:

فلمیں دیکھنا بھی ایک نشہ ہے اس کے دیکھنے والے ہر عمر کے افراد ہیں۔ آٹھ سال کی عمر کے بچے سے لے کر ساٹھ سال کے بوڑھے مرد اور خواتین بھی ہیں۔ پاکستان میں لڑکیاں نسبتاً کم اور لڑکے زیادہ ہیں۔ اس بیماری میں مبتلا پندرہ سال سے پینتالیس سال عمر والے زیادہ لوگ ہیں۔ سوسائٹی کا بہت بڑا حصہ اس بیماری سے متاثر ہو رہا ہے۔ اس بیماری نے انسان کو خراب کیا ہوا ہے اور اس سے ہمارے بچوں پر اچھا اثر نہیں پڑتا۔ ہماری لڑکیاں گھروں سے بھاگ جاتی ہیں۔ نوجوان غلط کاموں میں مبتلا ہیں۔ ذہنیت گندی ہوتی جا رہی ہے۔ معاشرے میں اس کے بہت گندے نتائج برآمد ہو رہے ہیں۔

انگریز جو تباہی سو سالوں میں نہ مچا سکا، اس نے وہ تباہی میڈیا کے ذریعہ پندرہ سالوں میں مچادی۔ ہماری نوجوان نسل پر اس کا بہت برا اثر پڑتا ہے۔ ان کی زبانوں پر گانے اور گالیاں ہیں۔ یہ والدین کا فرض ہے کہ وہ اپنی اولاد کو ان کاموں سے روکیں، ٹی وی، ڈش انٹینا، انٹرنیٹ اور کیبل بالکل نہ رکھیں کیونکہ یہ فساد کی جڑیں ہیں۔ ہماری اولاد والدین سے بغاوت کر دیتی ہیں۔ اولاد والدین پر ہاتھ اٹھاتی ہے اور ان کی عزت کا پاس نہیں رکھتی۔

کتنی شرم کی بات ہے کہ ماؤں، بہنوں اور بہو کے ساتھ بیٹھ کر مرد گندی فلمیں دیکھتے ہیں۔ جس میں الٹے سیدھے ناچ گانے اور بے ہودہ کپڑوں میں ملبوس عورتیں ڈانس کرتی ہیں اور ہم سب مل کر اسے دیکھتے ہیں۔ یہ سب بیماریاں اور پریشانیاں اسی کی وجہ سے ہیں یہ سب اسی کی نحوست کا نتیجہ ہے۔

☆ جماہی کو روکنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت ابو سعید رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب تم میں سے کوئی شخص جماہی لے تو اس کو چاہیے کہ اپنا ہاتھ اپنے مونہہ پر رکھ لے کیونکہ کھلے منہ میں شیطان گھس جاتا ہے (مسلم شریف، جلد سوم (مترجم) کتاب الزہد حدیث نمبر 7452، صفحہ نمبر

728،مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

جماہی آتے وقت تمام جسم کے جوڑ کھل جاتے ہیں اور ہاتھ مونہہ پر رکھنے سے وہ مقدار سے زیادہ نہیں کھلتے۔ اگر وہ زیادہ کھل جائیں تو جوڑ جدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ جماہی لیتے ہوئے چونکہ انسان گہرا سانس لیتا ہے تو اس لئے ہوا میں گردوغبار اٹک جاتے ہیں اگر یہی جراثیم اندر چلے جائیں تو صحت اور توانائی کو نقصان دیتے ہیں۔

جماہی میں الٹا ہاتھ اس لئے استعمال کرتے ہیں کہ وہ جراثیم الٹے ہاتھ کو لگ جائیں گے اگر اسی کام کے لئے سیدھا ہاتھ استعمال کیا جاتا تو چونکہ سیدھا ہاتھ کھانے کے لئے استعمال ہوتا ہے اور جماہی لیتے وقت اس کو جراثیم لگ جاتے اور یہی جراثیم کھانے کے ذریعہ جسم میں مرض اور بیماریوں کا باعث بنتے ہیں۔ جماہی سستی، کسل مندی اور خماری کی علامت ہے۔

☆ سرمہ لگانا ورجدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: نبی

پاک ﷺ سونے سے پہلے ہر آنکھ میں اثمد سرمہ کی تین سلائیں (دونوں آنکھوں میں) لگایا کرتے تھے۔ (ترمذی، کتاب اللباس، حدیث 1763)

☆ جدید سائنسی تحقیق:

سرمہ جہاں سرکار دو عالم ﷺ کی سنت ہے، وہاں اس کے دنیاوی فوائد بھی بہت ہیں۔ آنکھوں کی چمک دمک کا ذریعہ ہے۔

1......سرمہ اعلیٰ درجہ کا دافع تعفن ہے یعنی اینٹی سپٹک ہے۔

2......جدید تحقیق کے مطابق جب آنکھوں میں سرمہ لگایا جاتا ہے تو سورج کی تیز شعاعیں آنکھوں کی پتلی کو نقصان نہیں پہنچا سکتیں۔ اس کے مقابلہ میں سرمہ نہ لگانے والے کو الٹرا وائلٹ ریز نقصان پہنچا سکتی ہیں۔

3......آشوب چشم کے مریض کے لئے سرمہ بہت مفید ہے حتیٰ کہ جو آدمی سرمہ کا ہمیشہ استعمال کرتا ہے، اسے آشوب چشم کا مرض بہت کم ہوگا۔

4......آنکھوں کے ماہرین کے مطابق سرمہ آنکھوں کی بیماریوں سے بچاتا ہے جن بیماریوں کا جدید سائنس میں علاج ناممکن ہے۔

5......رات کو سرمہ لگانے کا یہ فائدہ ہوتا ہے کہ دن بھر کا گرد و غبار سرمہ لگانے کے ساتھ پانی کے ہمراہ گوشۂ چشم سے باہر نکل آتا ہے اور صبح آنکھیں

دھونے سے چہرے پر سرمے کی سیاہی کا کوئی نشان نہیں رہتا۔

الغرض کہ یہ وہ عظیم الشان سنت ہے جو آنکھوں کو بیماریوں اور اندھے پن سے بچاتی ہے، روشنی بڑھاتی ہے، آنکھوں میں چمک پیدا کرتی ہے اور آنکھ جیسی عظیم نعمت کی حفاظت کرتی ہے۔

☆ تیل لگانا، کنگھی کرنا اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ اکثر سر مبارک کو تیل لگاتے تھے اور داڑھی میں کنگھی کیا کرتے تھے اور آپ ﷺ اکثر دستار مبارک کے نیچے ایک (چھوٹا سا) رومال رکھتے تھے۔ یہاں تک کہ وہ کپڑا تیل سے تر رہتا تھا (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر 827، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

سر میں قدرتی تیل کے مساج سے مرد اور خواتین بہت ساری بیماریوں سے بچ سکتے ہیں۔ اس امر کا انکشاف ایوریرک تھراپی رپورٹ میں کیا گیا کہ مساج سے بیماریوں کا علاج صدیوں پرانا طریقہ ہے۔ مساج سے جسم تروتازہ اور پرسکون ہوجاتا ہے۔ بالخصوص خالص قدرتی تیل سے مساج اضطراب اور بے چینی کی

کیفیت کوختم کرتا ہے۔ نیز اس کی وجہ سے نبض کی رفتار بھی بہتر ہوجاتی ہے۔ جلد کی اکثر بیماریوں کا علاج قدرتی تیل کا مساج ہے۔ جلد کی رنگت نکھارنے اور جلد کوداغوں سے بچانے کے لئے مساج قدرتی تریاق ہے۔ درحقیقت قدرتی تیل جلد کی اندرونی تہوں میں جذب ہوکر جسم کومختلف بیماریوں کے وائرس سے محفوظ رکھتا ہے۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ اس سے خون کی گردش جسم کے درجہ حرارت کے متوازی ہوجاتی ہے۔ جس سے پورا جسم خوبصورت اور تندرست ہوجاتا ہے۔ گردن اور کندھوں کا مساج ڈپریشن ختم کردیتا ہے۔

☆سر میں کنگھا کرنا:

سر میں کنگھا کرنے سے ایک حرارت اور انرجی پیدا ہوتی ہے جو بالوں کے ذریعہ جسم کے اعصابی نظام کوقوی کرتی ہے حتیٰ کہ مسلسل کنگھا کرنا بالوں کو بڑھاتا اور انہیں گھنا کرتا ہے۔ کنگھا کرنے کی سنت میں حکمت یہ بھی ہے کہ اگر بالوں میں کنگھا نہ کیا جائے تو ان میں جراثیم اٹک جاتے ہیں جو اندر ہی اندر بڑھتے رہتے ہیں اور ایک وقت میں خطرناک کیفیت اختیار کرلیتے ہیں نیز کنگھا نہ کرنا جوؤں کے خطرات کوبھی بڑھاتا ہے۔

☆زلفوں والی سنت اور جدید تحقیق:

احادیث میں آتا ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ کی سنت میں زلفوں کا رکھنا بھی شامل ہے۔

حدیث شریف = حضرت سیدہ ام ہانی رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ میرے گھر تشریف لائے (تو میں نے دیکھا کہ) آپ ﷺ کے چار گیسو مبارک تھے (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر 826، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

ٹیکسٹ بک آف پر یونٹیو سوشل میڈیسن میں پرسنل ہائیجین کے سلسلے میں لکھا ہے کہ ''زلفیں موسمی شدائد سے محفوظ رکھنے کا لازمی اور قدرتی آلہ ہیں۔ عورتیں عام طور پر خوبصورتی کے لئے سر میں لمبے بال رکھتی ہیں اور مرد زلفیں اور داڑھی زینت اور وقار کے لئے رکھتے ہیں۔ بہرحال ان کی صفائی بھی بے حد اہمیت رکھتی ہے۔ نیز حجاموں کو اپنے سامان کے صاف رکھنے میں تمام احتیاطی تدابیر کو ملحوظ رکھنا چاہیئے تاکہ پیپ پیدا کرنے والے جراثیم آتشک، خارش اور جوڑوں کی تعدیہ سے نجات حاصل ہو۔

چلی ارجنٹائن کے ڈاکٹروں کی ایک ٹیم نے سروے کے بعد اس بات کو تسلیم کیا ہے کہ جن لوگوں کی سر کے بال برابر ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ لو کی بیماری،

دماغی دباؤ اور گردوں کی بیماری سے بچ جاتے ہیں۔

ماہر ڈاکٹروں کی ٹیم کے مطابق چونکہ بال سیاہ ہوتے ہیں۔سورج کی روشنی اور اس میں موجود تیز شعاعیں جب سر پر پڑتی ہیں تو ایک کیمیائی عمل شروع ہوجاتا ہے اگر بال غیر ہموار ابھرے ہوئے ہوں تو اس روشنی کی وہاں گردش زیادہ ہوکر اس جگہ پر برے اثرات ڈالتی ہے اس لئے سر کے بال ہموار ہونے چاہیے اور ایسا زلفوں میں ممکن ہے اس لئے حدیث شریف میں کنگھا اور بال سنوارنے کی ہدایت کی گئی ہے۔

☆ بیٹھ کر جوتے پہننا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت جابر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ نے کھڑے ہوکر جوتے پہننے سے منع فرمایا ہے۔ (ابو داؤد شریف (مترجم) جلد سوم' حدیث نمبر 734' صفحہ نمبر 252' مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

بعض اوقات انسانی جسم کا توازن برقرار نہیں رہ سکتا چونکہ جوتا پہنتے ہوئے ایک پاؤں پر وزن زیادہ اور ایک پر کم ہوتا ہے۔اس لئے توازن کو برقرار رکھنے

کے لئے بیٹھنے سے بڑھ کر کوئی صورت نہیں۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ بعض اوقات جوتے میں کوئی حشرات الارض، کنکر، کانٹا وغیرہ پڑا ہوتا ہے اور ایک دم پاؤں آنے پر بے شمار تکالیف کا سامنا ہوسکتا ہے لیکن بیٹھ کر پہننے سے جوتے کو ہاتھ میں لے کر پہنا جائے گا، اس لئے جوتے میں موجود ہر چیز عیاں ہوجائے گی۔ سرکار دوعالم ﷺ کی اس سنت میں بھی برکات کا خزانہ ہے۔

☆ خوشبو کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

سرکار دوعالم ﷺ عطر یعنی خوشبو لگایا کرتے تھے۔ میرے سرکار دوعالم ﷺ اگر خوشبو نہ بھی لگاتے تو آپ ﷺ کے جسم اطہر میں سے خوشبو کی لپٹیں آتی تھیں۔ آپ ﷺ کے پسینے میں ایسی خوشبو تھی کہ جنت میں بھی ایسی خوشبو نہیں ہوگی۔

صحابہ کرام رضوان اللہ تعالیٰ علیہم اجمعین فرماتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ کو تلاش کرنا ہوتا تو ہمیں پریشانی نہ ہوتی تھی۔ ہم مدینے کی گلیوں میں گھومتے جس گلی میں خوشبو آتی، سمجھ جاتے کہ سرکار دوعالم ﷺ یہیں جلوہ افروز ہیں۔

حدیث شریف = حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی پاک ﷺ کے لئے سکہ نامی خوشبو ہوتی، جس میں سے لگایا کرتے (ابو داؤد

(مترجم) جلد سوم، حدیث نمبر 761، صفحہ نمبر 26، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

جرمنی کے ڈاکٹر ایلف نے اس طریقہ علاج کو عام کیا اور ہزاروں لوگ اس سے صحت یاب ہوئے۔ چونکہ خوشبو ایک جز ولطیف ہے اور روح بھی لطیف ہے اس لئے جب کوئی خوشبو لگاتا ہے تو اس کے اثرات فوراً روح پر پڑتے ہیں اور روح کی وجہ سے جسم صحت اور تازگی کی طرف مائل ہوتا ہے۔ بادشاہوں کے محلات میں بعض خوشبودار لکڑیوں کی دھونی دی جاتی تھی اور جب محل میں کوئی بیمار ہوتا تو بھی خوشبودار لکڑیوں کی دھونی دی جاتی تھی۔ یہ اس بات کی علامت ہوتی کہ مریض جلد صحت یاب ہوجائے گا۔

اس کے برعکس ایسی جگہ جائیں جہاں بدبو ہو تو انسان کی طبیعت میں گھبراہٹ، بے چینی اور نفرت حتیٰ کہ بعض حضرات کو قے آجاتی ہے۔ آپ خوشبو لگا کر نماز پڑھیں، آپ کو روحانی کیفیت نصیب ہوگی اور اس بات کی گواہی آپ خود دیں گے۔

سر کے بالوں اور داڑھی میں خوشبو نہ لگائیں آج کل عطر میں کیمیکل ڈالے جاتے ہیں۔ وہ کیمیکل کالے بالوں کو جلد ہی سفید کر دیتے ہیں لہذا عطر کو سر میں

اور داڑھی میں نہ لگایا جائے۔ یہ نقصان دہ ہے۔ اگر کوئی ایسا عطر مل جائے جو خالص ہو تو لگالیں (اول تو خالص عطر بغیر کیمیکل والا ملتا ہی نہیں)

☆طلاق ناپسندیدہ فعل اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا: حلال کاموں میں سب سے زیادہ ناپسندیدہ کام اللہ تعالیٰ کے نزدیک طلاق ہے (ابو داؤد جلد دوم، (مترجم) کتاب الطلاق حدیث نمبر 410، صفحہ نمبر 158، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت معاذ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اے معاذ! اللہ تعالیٰ نے کوئی چیز زمین پر پیدا نہیں کی جو پیاری ہو، آزاد کرنے سے اور نہیں پیدا کی کوئی چیز روئے زمین پر کہ بہت بری ہو طلاق دینے سے (دارقطنی)

☆جدید تحقیق:

مشہور سائنس دان لُنڈ سے لکھتا ہے کہ 1992ء میں ڈنور میں ہر شادی کے ساتھ ایک واقعہ تفریق کا پیش آیا اور دو شادیوں کے مقابلے میں ایک مقدمہ طلاق کا پیش ہوا۔ یہ حالت محض ڈنور ہی کی نہیں ہے، امریکہ کے تقریبا تمام

شہروں کی قریب قریب یہی حالت ہے۔طلاق اور تفریق کے واقعات بڑھتے جارہے ہیں اور اگر یہی حالت رہی جیسی کہ امید ہے تو غالباً ملک کے اکثر حصوں میں جتنے شادی کے لائسنس دیئے جائیں گے۔اتنے ہی طلاق کے مقدمے پیش ہوں گے۔

ایک اخبار میں یہ عبارت لکھی ہوئی تھی کہ نکاحوں میں کمی،طلاقوں کی زیادتی اور نکاح کے بغیر مستقل یا عارضی ناجائز تعلقات کی کثرت یہ معنی رکھتی ہے کہ ہم حیوانیت کی طرف واپس جارہے ہیں۔ بچے پیدا کرنے کی فطری خواہش مٹ رہی ہے۔ پیدا شدہ بچوں سے غفلت برتی جارہی ہے اور اس امر کا احساس رخصت ہورہا ہے کہ خاندان اور گھر کی تعمیر تہذیب اور آزاد حکومت کی بقاء کے لئے ضروری ہے اس کے برعکس تہذیب اور حکومت کے انجام سے ایک بے دردانہ بے اعتنائی پیدا ہورہی ہے۔

آج کل آدمی ذرا ذراسی بات پر طلاق دے دیتا ہے۔آپ کسی مفتی سے پوچھیں تو وہ آپ کو بتائے گا کہ طلاق دینے میں مرد ماسٹر ہیں مگر جب بعد میں آنکھ کھلتی ہے تو عقل ٹھکانے آجاتی ہے پھر پچھتاوے سے کچھ ہاتھ نہیں آتا۔ آدمی اس کی نحوست اور اس گالی کا وبال بھگتتا ہے اس لئے اس کام کو ناپسندیدہ قرار دیا گیا ہے۔

☆مسکراہٹ کی سنت اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عبداللہ بن حارث رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ سرکار کائنات ﷺ کی ہنسی صرف مسکراہٹ ہوتی تھی (شمائل ترمذی (مترجم) جلد دوم، صفحہ نمبر 862، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں: میں نے نبی پاک ﷺ کو کبھی مونہہ کھول کر ہنستے ہوئے نہیں دیکھا کہ آپ ﷺ کا کوا نظر آجائے۔ آپ ﷺ صرف مسکرایا کرتے تھے (ریاض الصالحین (مترجم) جلد اول، باب وقار والسکینۃ، حدیث نمبر 706، صفحہ نمبر 424، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے سرکار دوعالم ﷺ کو پوراپورا ہنستے نہیں دیکھا کہ میں آپ ﷺ کا تالو مبارک بھی دیکھ لیتی، آپ ﷺ تو تبسم فرمایا کرتے تھے (بخاری شریف)

سرکار دوعالم ﷺ مسکراتے تھے، کبھی بھی قہقہہ بلند نہ فرماتے اور اس کام سے منع فرماتے، خوشی کی بات پر تبسم فرماتے۔

جس کی تسکین سے روتے ہوئے ہنس پڑیں
اس تبسم کی عادت پہ لاکھوں سلام

☆جدید تحقیق:

مسکرانا جسم کے علاوہ دماغ کی بھی بہترین دوا ہے۔مسکراہٹ دوران خون میں مدد دیتی ہے۔پیٹ کے عضلات کی مالش کرتی ہے۔اشتہاء کو چمکاتی اور بلند فشافرخون کو پست کرتی ہے۔نارمن کزنس کے معالجوں نے یہ بات ثابت کرنے کے لئے کہ مسکراہٹ اس کی صحت پر واضح قابل پیمائش اثر مرتب کررہی ہے، ارباب یعنی رسوبات یا تلچھت کے تہہ نشین ہونے کی شرح کی پیمائش کی، یہ پیمائش مسکراہٹ سے ٹھیک پہلے اور مسکراہٹ کے کئی گھنٹے بعد بھی کی گئی، یہ امتحانی پیمائش جس کے التہاب کی نشاندہی کرتی ہے جو کزنس کی بیماری کی ایک بڑی خصوصیت تھی۔کزنس کہتا ہے کہ ہر مرتبہ ارباب پانچ ڈگری کم ہوجاتا تھا۔یہ کمی معقول حد تک نہیں ہوتی تھی، رک بھی جاتی تھی لیکن افزائش پذیر تھی۔

ڈاکٹر برسیلر جا کیلی فورنیا یونیورسٹی میں درد شکن مرکز کے ڈائریکٹر رہ چکے ہیں، وہ ہمیشہ اپنے مریضوں سے سوال کرتے ہیں کہ آپ کے خون میں ظرافت کی مقدار کتنی ہے؟

وہ کہتے ہیں کہ میں سمجھتا ہوں کہ ''خون میں ظرافت'' کی مقدار پیمائش کولیسٹرول کی آب خون (سپرم) میں روایت طب کی پیمائش مانند صحت کی ایک اہم مقیاس (پیمانہ) ہے۔روایتی طب بھی مریض میں خوش طبعی ومسرت کی مقدار پر ہمیشہ اپنی توجہ کومرکوز کرتی ہے۔

جولوگ مزمن ادجاع (دردوں) میں مبتلا ہوتے ہیں وہ ایسے کام نہیں کرتے جن سے وہ پہلے لطف اندوز ہوا کرتے تھے۔ وہ محسوس کرتے ہیں کہ درد ان کاموں میں مانع ہے۔ڈاکٹر بریسلر کہتے ہیں کہ بات کچھ اور ہی ہوتی ہے ان کا درد زیادہ دن قائم رہتا ہے۔ کیونکہ وہ خوش طبعی اور ظرافت کو خیرباد کہہ دیتے ہیں۔

اسلام بھی یہی حکم دیتا ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ کی حدیث شریف میں یہ بات موجود ہے کہ ''مومن کے سامنے مسکرادینا بھی صدقہ ہے'' یعنی مسکرانے سے دل میں قرار پیدا ہوتا ہے۔غم اور پریشانی میں کمی واقع ہوتی ہے۔مسکرایئے مگر قہقہہ مار کر زورزور سے نہیں ہنسنا چاہیے،اس سے دل مردہ ہوجاتا ہے۔

☆شہد کی مکھی کی خصوصیات اور جدید سائنسی تحقیق:

القرآن: اور تمہاری رب نے شہد کی مکھی کو الہام کیا کہ پہاڑوں میں گھر بنا

اور درختوں اور چھتوں میں پھر ہر قسم کے پھل میں کھا اور اپنے رب جل جلالہ کی راہیں چل کہ تیرے لئے نرم و آسان ہے اس کے پیٹ سے ایک پینے کی چیز رنگ برنگی نکلتی ہے جس میں لوگوں کی تندرستی ہے بے شک اس میں نشانی ہے دھیان کرنے والوں کے لئے۔

(سورۃ النحل، ایت نمبر 69-68، پارہ 14، ترجمہ کنز الایمان)

حدیث شریف = حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ ایک آدمی سرکار دو عالم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور بیان کیا کہ اس کے بھائی کو اسہال ہو رہے ہیں۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اسے شہد پلاؤ وہ پھر آ کر کہنے لگا کہ شہد پینے سے اسہال میں اضافہ ہوا ہے۔ انہوں نے پھر فرمایا کہ شہد پلاؤ۔ اس طرح وہ حال بیان کرتا تین مرتبہ آ چکا تو چوتھی مرتبہ ارشاد ہوا کہ اسے شہد پلاؤ کیونکہ اللہ تعالیٰ نے سچ کہا ہے اور تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹ بولتا ہے اس نے پھر شہد پلایا تو تندرست ہو گیا (بخاری شریف، جلد سوم (مترجم) کتاب الطب، حدیث نمبر 644، صفحہ نمبر 311، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆ جدید تحقیق:

جیسا کہ ہم جانتے ہیں کہ قران کی ایک بڑی سورۃ شہد کی مکھی کے نام پر

''النحل'' ہے جس میں شہد کی مکھی اور شہد کے متعلق انتہائی اہم راز بیان کئے گئے ہیں۔آیئے اب شہد کی مکھی اور شہد کے متعلق انتہائی اہم سائنسی تحقیقات ملاحظہ فرمائیں۔

1......شہد کا چھتہ جو شہد کی مکھی کا گھر ہوتا ہے، اس کی بناوٹ چھ پہلو مخروطی صورتوں میں ہوتی ہے۔ یہ فن تعمیر کا ایک ایسا شاہکار ہے جو صرف اور صرف خدائی ہدایت اور ذہانت کی روشنی میں تیار ہوسکتا ہے۔ یہ جیومیٹری جیسی شکل والی ساخت تعمیراتی جگہ کے ممکنہ طور پر بہترین استعمال کو ظاہر کرتی ہے جس سے ایک بڑے حجم والی چیز کو کم سے کم جگہ کے استعمال کے ذریعہ محفوظ رکھنے کے فن کا اظہار ہوتا ہے۔مزید براں اس تعمیر میں استعمال کے لئے اس کی گوند یا رال کا انتخاب کیا جاتا ہے جو انسانی صحت کے لئے موزوں ترین ہے۔اس انتخاب میں بے حد احتیاط کی جاتی ہے۔

2......شہد کی مکھی کا شہد اپنی جگہ مکھی بذات خود ایک حیرت انگیز کہانی ہے۔ ایک شہد کی مکھی مخصوص اور طرح طرح کی آوازوں اور بازگشت کی مدد سے اپنی جسمانی ساخت کی تکمیل بھی کرتی ہے اور چھتے تک واپس پہنچنے کے لئے اپنی راہ بھی ڈھونڈ سکتی ہے۔اس آیت کریمہ میں یہ حقیقت ایک مخصوص سہولت کے طور پر بیان کی گئی ہے شہد کی مکھی کے چھتے بنانے کی مہارت، راہ ڈھونڈنے کی

خاصیت اور اس کی زندگی کے طور طریقوں پر بہت سی مخصوص کتابیں لکھی جا چکی ہیں جو پڑھنے کے شوقین اس مضمون میں تفصیلی معلومات حاصل کرنا چاہیں وہ ان کتابوں سے استفادہ کر سکتے ہیں۔

3......آیئے اب شہد کی ساخت اور خواص کے متعلق غور کرتے ہیں۔شہد کی مکھی کے چھتے کی تعمیر ہی یہ بتا دینے کے لئے کافی ہے کہ شہد کی مکھی کس قدر ماہر مخلوق ہے۔اس کی جسمانی ساخت کے متعلق انتہائی اہم تفصیلات ظاہر ہوئی ہیں پھر یہ کس طرح آواز کی لہروں کا استعمال کرتی ہیں، بجائے خود ایک خوبصورت کہانی کا بیان ہے مگر کیا شہد کی مکھی صرف اپنی ضرورت کے لئے شہد تیار کرتی ہے؟نہیں بالکل نہیں۔اس لئے کہ تیار کردہ شہد کا ایک دسواں حصہ بھی اس کے لئے بہت زیادہ مقدار ہوگی۔کیا یہ قابل تصور بات ہے کہ اس قدر ماہر تعمیر اور انجینئر جو کہ شہد کی مکھی ہے، اپنی ضرورت سے کہیں زیادہ مقدار میں شہد تیار کرنے کے سلسلے میں اتنی بڑی غلطی کرے گی؟

کچھ ملحدانہ خیالات (یعنی اسلام کے خلاف خیالات) کے سائنس دان دعویٰ کرتے ہیں کہ ایک پودا اس لئے پھول پیدا کرتا ہے تاکہ جاندار مخلوق کو ان کے قالب میں پہنچنے کے لئے رہنمائی فراہم کی جا سکے۔ہم ان گمراہ کن نظریات پر آئندہ بحث کریں گے لیکن بہر طور شہد کی مکھی کے معاملے میں گمراہ کن نظریات

ذرا بھی پورا نہیں اترتے۔ اس لئے کہ شہد کی مکھی کو کسی اور جسیمے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ پھر وہ کیوں اتنی مقدار میں شہد تیار کرے؟ چنانچہ جیسا کہ آیت کریمہ میں واضح کیا گیا ہے۔ شہد تو انسانوں کے لئے اللہ تعالیٰ کی طرف سے ایک خاص قسم کا تحفہ ہے۔

☆ شہد کی تیاری کے عمل کی حیران کن باریکیاں:

ایک جسیمہ کو اپنی زندگی کے قیام کے لئے شکر اور نشاستے کی اس قدر ضرورت ہوتی ہے جو اس کی خوراک کی بنیاد تصور کئے جاتے ہیں۔ یہ ان کو مختلف اقسام کے پودوں سے حاصل کرتا ہے اور قوت حیات حاصل کرنے کے لئے ان کو ایندھن کے طور پر استعمال کرتا ہے۔ یہ ایک مختصر سا حصہ رائبوز کی شکل میں بھی استعمال ہوتا ہے جو (DNA) کے لئے ایک بنیادی عنصر ہوتا ہے۔

رائبوز ایک خاص قسم کی شکر ہوتی ہے یہ جسیمہ کے لئے ایک بنیادی ڈھانچے کا ملبہ ہوتی ہے۔ اب حیران کن بات یہ ہے کہ تمام قسم کی خوراکوں میں صرف یہ شہد ہی ہے جس میں رائبوز پائی جاتی ہے۔ جب جسم کے نئے خلیوں کی تعمیر ہو یا بیماری کے بعد نشوونما یا خون بنانے کا عمل ہو تو رائبوز ان سب کے لئے بے حد اہمیت حاصل کر لیتی ہے اس سلسلے میں عجوبہ ہے چونکہ شہد کی مکھیوں میں ملکہ

مکھی کے علاوہ دوسری تمام مکھیوں کے لئے پیدائش کے عمل پر پابندی ہوتی ہے اس لئے عام شہد کی مکھی کو رائبوز کی قطعی کوئی ضرورت نہیں ہوتی۔

شہد میں حل ہوجانے والے تمام وٹامنز موجود ہوتے ہیں زیادہ اہم بات یہ ہے کہ اس میں وٹامن بی 13، بی 14 اور بی ٹی موجود ہوتے ہیں جو کسی اور خوراک میں نہیں پائے جاتے۔ یہ جسیموں کے جگر میں پائے جاتے ہیں یہ وٹامن خلیے کے DNA بنانے کے عمل میں ناقابل فہم طریقے سے اثر انداز ہوتے ہیں۔ شہد اور بھی کئی اہم مرکبات کا حامل ہوتا ہے جیسے فاسفورس کیمیائی ضمیر اور خلیے کی تقسیم کے لئے بی کمپلیکس وٹامن، فولک ایسڈ وغیرہ۔

☆شہد میں دوسرے فائدے:

شہد کی مکھی مختلف اقسام کے کھیتوں اور پودوں سے طبی نقطہ نظر سے بے حد مفید اور بیش قیمت جواہر اکھٹے کرتی ہے پھر ان کو شہد میں شامل کر دیتی ہے۔ اسی وجہ سے مختلف علاقوں میں بننے والا شہد مختلف خاصیت کی وجہ سے مخصوص قسم کی بیماریوں کے لئے فائدہ مند ہوتا ہے۔ ان جواہر کی خوبی یہ ہے کہ یہ ایسی بیماریوں مثلاً اعصابی بیماریوں، دل کی بیماریوں، گلے میں ہوا کی نالی سے متعلق بیماریوں اور معدے کے ورم کے لئے بے حد مفید ہوتے ہیں۔ آیت

کریمہ میں شہد سے تندرستی عطا کرنے والے رازوں کا تعلق انہی خاصیت سے متعلق ہے۔

☆ آب زم زم اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = صحیح ابنِ حبّان اور طبرانی میں حضرت عبداللہ بن عباس سے منقول ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا:

''اس کرہ ارض پر سب سے زیادہ، مفید اور عمدہ پانی زم زم کا ہے''

حدیث شریف = دار قطنی میں حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا: زم زم کا پانی جس غرض سے بھی پیا جائے، اس کے لئے مفید ہوگا۔ اگر شفاء کی غرض سے پیا جائے تو اللہ تعالیٰ تمہیں شفاء دے گا۔ اگر پیاس کے لئے پیو گے تو اللہ تعالیٰ اس سے تسلی دے گا اور اگر سیراب ہونے کے لئے پیو گے تو اللہ تعالیٰ اس سے سیراب کرے گا۔ یہ حضرت جبریل علیہ السلام کا کنواں ہے اللہ تعالیٰ کی طرف سے حضرت اسماعیل علیہ السلام کا ہے۔

☆ جدید تحقیق: ابتداء میں 1935ء میں مصری کیمیا دانوں نے آب زم زم پر تحقیق کی۔ ان کے مطابق آب زم زم میں یہ کیمیاوی اجزاء موجود ہیں:

1......میگنیشیم سلفیٹ

2......سوڈیم سلفیٹ

3......کیلشیم کاربونیٹ

4......پوٹاشیم نائٹریٹ

5......ہائیڈروجن سلفائیڈ

سائنس دانوں کے مطابق جس پانی میں پوٹاشیم نائٹریٹ اور ہائیڈروجن سلفائیڈ موجود ہوں، وہ انسانی استعمال کے قابل نہیں ہوتا۔ ان دو اجزاء کا پانی میں موجود ہونا اس بات کی علامت ہے کہ اس میں گندے نالے کا پانی شامل ہے۔ مصری کیمیا دانوں کا یہ تجزیہ بالکل غلط ہے کیونکہ مکہ معظّمہ میں پاکستان کی طرح گندے پانی کے نالے نہیں ہیں۔ گھروں میں بیت الخلاء کے نیچے ایک گہرا کنواں بنا دیا جاتا ہے جس میں غلاظت جمع ہوتی رہتی ہے جس کی وجہ سے غلاظت کا حصہ رستے رستے زمین کے نیچے چلا جاتا ہے۔

☆ڈاکٹرز کی تحقیق:

ایک ڈاکٹر آب زم زم کے بارے میں فرماتے ہیں کہ مجھے پیشاب کی زیادتی اور جلد غصہ آنے کا مرض تھا مگر میں جب 1998ء میں حج پر گیا اور وہاں

تقریباً 40 روز قیام کیا۔ اس دوران میں آب زم زم کا استعمال خوب کیا۔ الحمدللہ چند دنوں کے بعد مجھے وہاں ہی محسوس ہو گیا تھا کہ پیشاب کی زیادتی کم ہو گئی اور غصہ بھی بہت کم ہو گیا۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ تمام کمال آب زم زم کا ہے۔ (حج پر جانے والے حضرات جانتے ہیں کہ وہاں کیا کیا مشکلات آتی ہیں۔ کئی مرتبہ تو لاکھ برداشت کرنے پر بھی غصہ آ ہی جاتا ہے)

☆ جذام کی بیماری

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے فرمایا: مجذوم سے دور رہو جیسا کہ تم شیر سے خود کو دور رکھتے ہو۔ (صحیح بخاری جلد سوم (مترجم) کتاب الطب، صفحہ نمبر 318، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

حدیث شریف = حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ مجذوم (جذام زدہ) کی طرف ٹکٹکی باندھ کر نہ دیکھتے رہو (ابن ماجہ)

☆ جدید تحقیق:

جذام ایک خراب بیماری ہے جو بدن میں ''مرۃ سرۃ'' کے پھیلنے سے پیدا

ہوتی ہے جس سے سارا بدن خراب ہوجاتا ہے۔تمام اعضاء کا مزاج اس کی شکل و صورت بگڑ جاتی ہے۔ جذام کے اتنے باریک جراثیم ہوتے ہیں کہ اگر آپ مائیکرو اسکوپ سے دیکھیں تو سوئی کی نوک پر سات سو جراثیم نظر آتے ہیں اور ہر جرثومے کی شکل شیر جیسی ہوتی ہے۔جذام کی بیماری کثرت سے شیر کو ہوتی ہے۔ اس بیماری کی وجہ سے مریض کا چہرہ بگڑ جاتا ہے اور اس کی شکل شیر کے رنگ و روپ کی سی ہوجاتی ہے۔اس بیمار کے قریب جو جاتا ہے، اسے پھاڑ کھاتا ہے یا جو اس سے قریب ہوتا ہے اس کی بیماری کی وجہ سے اس میں شگافتگی ہوتی ہے۔

الغرض کہ سرکار دو عالم ﷺ نے چودہ سو سال پہلے فرما دیا تھا ہے کہ جذام سے ایسے بھاگو جیسے شیر سے بھاگتے ہو اور جدید سائنس آج تحقیق کر رہی ہے۔

☆ جذام کی چھوت:

مجذوم کی سانس کی بدبو کی شدت اتنی ہوتی ہے کہ جو آدمی مجذوم کے ساتھ رہتا ہے یا وہ عورت جو مجذوم کے نکاح میں ہو، ایک ہی بستر میں مجذوم کے ساتھ سوتی بیٹھی ہو تو وہ بیماری اس پر بھی اثر کر جاتی ہے۔بسا اوقات دیکھنے میں آیا ہے کہ اس کے اثر سے اس کو بھی جذام ہوگیا۔ایسے ہی اس کے بڑھاپے کے وقت میں ان کی اولاد کو بھی یہ بیماری اپنی لپیٹ میں لے لیتی ہے اس طرح جس کو سل،

دق یا خارش کا مرض لاحق ہو۔اسی لئے مسلول اور مجذوم کے ساتھ اٹھنے بیٹھنے سے منع کرتے ہیں۔

☆غصے کی تباہی اور جدید سائنسی تحقیق:

غصہ وہ بیماری ہے جو بنے بنائے کام کو بگاڑ دیتا ہے، اسلام نے اس کو حرام قرار دیا ہے کیونکہ جب انسان اس میں مبتلا ہوتا ہے تو نادانی سے کام لیتے ہوئے نقصانات سے دوچار ہوتا ہے۔

حدیث شریف = سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا کہ طاقتور وہ نہیں جو پہلوان ہو اور دوسرے کو پچھاڑ دے بلکہ طاقتور وہ ہے جو غصے کے وقت اپنے آپ کو قابو میں رکھے۔ (مسلم شریف جلد سوم (مترجم) کتاب البر والصلۃ والادب، حدیث نمبر 6515، صفحہ نمبر 455، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆غُصّے کے نقصانات کے بارے میں سائنسی تحقیق کیا کہتی ہے:

☆جدید تحقیق: ڈیوک یونیورسٹی امریکہ کے ایک سائنس دان ڈاکٹر ریڈ فور ڈبی ولیمز کے مطابق غصے اور عداوت رکھنے والے افراد جلدی مر جاتے ہیں۔ ان کے مطابق اس سے انسانی دل کو وہی نقصان پہنچتا ہے جو تمبا کو اور ہائی بلڈ پریشر سے پہنچتا ہے۔ امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کی جانب سے سائنسی ادیبوں کے سیمینار میں تقریر کرتے ہوئے انہوں نے بتایا کہ بہت سے لوگ وقت سے پہلے

محض نفرت اور عداوت کے جذبات کی شدت کی وجہ سے چل بستے ہیں۔غصہ اور بغض دل کے دردوں کے اہم اسباب میں سے ایک ہے۔اسی طرح حرص وطمع میں مبتلا بے چین اور بے صبر افراد بھی حد سے زیادہ بڑھتی ہوئی تمناؤں کے ہاتھوں اپنی زندگی کا خاتمہ کر لیتے ہیں۔اس کے برخلاف جو لوگ اپنے اعصاب کو قابو میں رکھتے ہیں اور ان کے مزاج میں برداشت، قناعت اور صبر وشکر کا مادہ ہوتا ہے، زندگی کے حالات کا مقابلہ بہتر طور پر کرتے ہیں۔غصہ دراصل حواس اور اعصاب کا ترجمان ہے اور اس بات کو ظاہر کرتا ہے کہ اس آدمی میں قوت برداشت کم اور قوت فیصلہ میں عجلت ہے حتیٰ کہ یہ آدمی نادم اور پشیمانی سے ہر وقت دوچار رہتا ہے۔

محترم حضرات! آج ہم فضول میں بات بات پر غصہ کرتے ہیں۔اگر کسی شخص سے ہم بات کریں اور وہ اس کو نہ سمجھ سکے یعنی دوبارہ پوچھے تو بھی ہم غصہ کرتے ہیں حالانکہ غصہ حرام ہے، اس کو پی جانے کا حکم ہے۔ہمیں یہ ہمارے سرکار دو عالم ﷺ نے سکھایا۔آج سائنس نے بھی اس کے آگے گھٹنے ٹیک دیئے۔

☆ جھوٹ کے نقصانات اور سائنسی انکشافات:

جھوٹ وہ بیماری ہے جس میں ہر شخص مبتلا ہے۔بات بات میں جھوٹ بولنا

ہماری عادت بن چکی ہے مگر اسلام اس کی بالکل اجازت نہیں دیتا۔

حدیث شریف = حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ سچ نیکی کی طرف رہنمائی کرتا ہے اور نیکی جنت کی طرف لے جاتی ہے اور آدمی سچ بولتے بولتے اللہ تعالیٰ کے پاس صدیق لکھ دیا جاتا ہے اور جھوٹ برائی کی طرف لے جاتا ہے اور برائی جہنم کی طرف لے جاتی ہے اور آدمی جھوٹ بولتا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ کے ہاں (جھوٹا) لکھ دیا جاتا ہے۔ (مسلم شریف، جلد سوم (مترجم) حدیث نمبر 6513، صفحہ نمبر 434، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

☆ جدید سائنسی انکشافات:

سچ بولنے سے انسان کی جسمانی اور دماغی صحت بہتر ہوتی ہے۔ اس امر کا انکشاف برطانیہ سے ٹرتھ تھراپی کے عنوان سے شائع ہونے والی ایک خصوصی رپورٹ میں کیا گیا ہے۔ جھوٹ بولنا انسان کی صحت کو متاثر کرتا ہے۔ خاص طور پر جھوٹ بولنے والی خواتین بے خوابی کا شکار ہو جاتی ہیں اور یہی کیفیت اگر بڑھ جائے تو السر کا باعث بھی بن جاتی ہے۔ ''ٹرتھ تھراپی'' کے ایک ماہر بریڈ لینڈ کے مطابق حقائق کو کھولنے والے کڑوے سچ بولنے سے جسمانی اور دماغی صحت

بہتر ہوتی ہے اور جھوٹ بولنے والی خواتین حقائق چھپا چھپا کر مختلف نفسیاتی دباؤ کا شکار ہو جاتی ہے۔

جھوٹ بولنے والی خواتین کو اکثر اپنا جھوٹ ثابت کرنے کے لئے نظریں گاڑھ کر بات کرنے کی عادت ہو جاتی ہے۔ ماہرین کے مطابق جھوٹ بولنے سے عورت کی جسمانی ساخت کے علاوہ خوبصورتی پر بھی برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ رپورٹ کے مطابق دنیا میں فرانس، برطانیہ اور جرمنی کی خواتین سب سے زیادہ جھوٹی خواتین ہیں جبکہ امریکہ کی خواتین جھوٹ اور سچ مکس کر کے بولتی ہیں۔

محترم حضرات! آج جھوٹ بولنا فیشن بن چکا ہے۔ جھوٹ بول کر اگر کسی سے جان چھڑالی جائے تو ہم دل ہی دل میں خوش ہوتے ہیں کہ آج ہم نے فلاں مسلمان کو کیسا بے وقوف بنایا ہے۔ اس کے علاوہ جھوٹ بول کر ہم سامنے والے کو ڈراتے ہیں۔ اس کے بعد کہتے ہیں میں تو مذاق کر رہا تھا حالانکہ مذاق میں جھوٹ زیادہ سخت ہے۔ سرکار دو عالم ﷺ نے مذاق میں جھوٹ بولنے والوں کے لئے تین مرتبہ ہلاکت فرمائی۔ یہ بیماری بھی ہے جسے سائنسی تحقیق نے بھی تسلیم کیا ہے۔

☆ گالیاں دینا اور سائنسی انکشافات:

گالیاں دینا ہمارے معاشرے میں اس قدر عام ہو چکا ہے کہ چھوٹے بچے سے لے کر بوڑھے آدمی تک لوگ باتوں باتوں میں گالیاں دیتے ہیں۔ ایسا لگتا ہے کہ یہ ہماری زبان کا حصہ ہے۔ اگر گالی نہ دی جائے تو ہماری مادری زبان مکمل نہیں ہوگی۔ کبھی کبھی ایسا لگتا ہے کہ اگر گالی نہ دی جائے تو لوگوں کو مزہ نہیں آتا۔ پورا معاشرہ اس کی لپیٹ میں ہے بڑوں سے زیادہ بچے اس بیماری میں مبتلا ہیں۔

☆ پیراسائیکلوجی کی تحقیق:

یورپ کا ایک مشہور دانشور اپنی کتاب (The Master and the part) میں لکھتا ہے کہ ہر لفظ ایتھر (عالم ملکوت) میں ایک خاص شکل اختیار کر لیتا ہے۔ مثلاً لفظ نفرت اس قدر بھیانک تصور میں بدل جاتا ہے کہ ایک مرتبہ میں نے یہ صورت دیکھ لی اور اس کے بعد یہ لفظ استعمال کرنے کی کبھی جرأت نہ ہوئی، اس منظر سے مجھے انتہائی کوفت ہوئی تھی۔

ہر لفظ یونٹ ایک ایٹم ہے جس میں اندرونی جذبوں کی بجلیاں ہیں اور اس کے اثرات عالم خاکی اور اس عالم لطیف (کاسک یا آسٹرول ورلڈ) دونوں میں نمودار ہوتے ہیں۔ ایک ہلکی سی مثال گالی ہے۔ گالی کسی تلوار یا توپ کا نام نہیں

بلکہ یہ چند الفاظ کا مجموعہ ہے لیکن مونہہ سے نکلتے ہی مخاطب کے بدن میں آگ لگا دیتی ہے۔ یہ آگ کہاں سے آتی ہے۔ الفاظ کے مجموعے سے اور یہ الفاظ میں آگ اس کے سینے اور دل سے آتی ہے۔ جس سے گالی نکلتی ہے اور وہ آگ گالی کے ذریعے دوسرے کے اندر منتقل ہوجاتی ہے۔ لیڈ بیٹر کہتا ہے کہ میں آپ کو کہوں گا کہ کبھی گالیاں نہ دیں۔ یہ آپ کی صورت کو مسخ یعنی بگاڑ دیتی ہے۔

اسلام نے جس چیز سے روکا ہے۔ جدید سائنس نے اس کو جدید تحقیق کے بعد بیان کیا ہے کہ گالیوں سے غصہ پیدا ہوتا ہے، نفرت پھیلتی ہے، جھگڑا ہوتا ہے۔ گالی دینے کی وجہ سے بعض دفعہ جھگڑے ایک دوسرے کو مارنے کی صورت اختیار کر جاتے ہیں جس کا انجام خون ریزی پر ہوتا ہے۔ اخبارات شاہد ہیں کہ ایسے واقعات آئے روز ہوتے ہیں۔ ہم سب کو اس بیماری سے بچنے کی کوشش کرنی چاہیے۔

☆شراب کے نقصانات اور جدید سائنسی تحقیق:

حدیث شریف = حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جب میری اُمّت پانچ کام کرنے لگے تو ان پر ہلاکت ہے۔

1 ...... جب آپس میں ایک دوسرے پر ملامت کرنے لگیں۔

2......جب مرد ریشم کے کپڑے پہننے لگیں۔

3......جب لوگ گانے والی عورتوں کو رکھ لیں گے۔

4......جب مرد مردوں سے اور عورت عورتوں سے زنا کرنے لگیں گی۔

5......جب شراب پینے لگیں گے۔ (بیہقی شریف)

حدیث شریف = حضرت ابو مالک اشعری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ میری امت میں سے کچھ لوگ شراب پئیں گے (اور) اس کا دوسرا نام رکھ لیں گے۔ ان کی سروں پر گانا بجانے کے آلات استعمال کئے جائیں گے اور گانے والی عورتیں ہوں گی۔ اللہ تعالیٰ انہیں زمین میں دھنسا دے گا اور ان میں سے بندر اور خنزیر بنا دے گا۔ (ابن ماجہ شریف کتاب الاشربہ حدیث نمبر 3385، صفحہ نمبر 489، مطبوعہ دارالسلام ریاض سعودی عرب)

☆شراب کا اعصابی نظام پر اثر اور جدید سائنسی انکشافات:

شراب اعصابی خلیوں کی اس باریک جھلی میں داخل ہوجاتی ہے جو نامیاتی چربے جیسے مرکب یعنی لائیڈ کی حفاظت میں ہوتی ہے۔ اس طرح اس نظام کے

برقی رابطے میں خلل اندازی کرتی ہے۔ یہ خراب اثر دو مختلف ذریعوں سے ظاہر ہوتا ہے اس کا پہلے پہل اثر نشے کے اچانک حملے کی صورت میں ہوتا ہے۔

لیکن اس کا دیر پا اثر بہت ہی خطرناک ہوتا ہے۔شراب اعصابی نظام کو روز بروز نقصان پہنچاتی ہے جس سے کئی اقسام کی بیماریاں لگنا شروع ہوجاتی ہیں۔ مزید براں اگر چہ شروع شروع میں شراب کی خرابی معمولی یا غیر واضح بھی ہو، تب بھی اس کے دیر پا خراب اثرات شروع ہی سے مرتب ہوتے رہتے ہیں۔ چنانچہ کچھ لوگوں کے یہ دعوے کہ ہمیں شراب کا نشہ نہیں چڑھتا، ہم پر شراب کا اثر نہیں ہوتا، محض طفل تسلی اور خود فریبی ہے۔شراب کے برے اثرات جوانی اور بطور خاص بچپن میں بے حد زیادہ ہوتے ہیں۔ عام طور پر معمولی بیماریاں جیسے ہڈیوں کی کپکپی، ہائینورائس اور کوراساف کے مجموعہ علامات شراب کی کارستانیوں کی وجہ سے ہوتی ہے، اس کا برا اثر اعصابی نظام کے مراکز پر نا قابل علاج حد تک ہوتا ہے۔ الفاظ کا بھولنا اور ہاتھوں کا رعشہ اس اعصابی نقصان کی نشانیاں ہوتی ہیں۔

شراب جس میں چربی پگھلانے کی صلاحیت ہوتی ہے۔تخلیقی خلیوں میں داخل ہوکر بے حد نقصان پہنچاتی ہے۔ اس کی عام فہم مثالوں میں نئی نسل کی ذہانت میں کمی اور ناقص بالیدگی شامل ہیں۔ بہت سے مطالعات اور سروے یہ

حقیقت ظاہر کرتے جارہے ہیں کہ ذہنی طور پر غبی بچوں کے والدین اکثر وبیشتر شدید قسم کی شراب نوشی کرتے ہیں۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ شراب عورت کے تخم اور بیضہ جات کے خلیے کو بہت آسانی سے نقصان پہنچاتی ہے۔اس کا نتیجہ یہ ہے کہ شرابی ماؤں کے بچے موروثی طور پر دماغی یا قلبی صدمہ یا جھٹکے کا شکار ہوتے ہیں۔شرابی باپ کی طرف سے ایسے واقعات کی تعداد تیس فیصد سے زیادہ ہوتی ہے۔

☆ پروفیسر ڈاکٹر رولو ہارجر کی رپورٹ:

خبر رساں ایجنسی اسٹار کی، انڈیانا پولیس امریکہ سے 1958ء کی اطلاع کے مطابق انڈیانا یونیورسٹی کے ادارہ ادویہ کے پروفیسر ڈاکٹر رولو نے اپنی رپورٹ میں جوطبی قانون کے مسائل کی کمیٹی کے کتابچے کا ایک حصہ بتایا ہے، کہ شراب کے نشے کے اثرات دماغ پر پڑ جاتے ہیں۔شراب پیتے ہی خون میں مل کر چند سیکنڈوں میں دماغ تک پہنچ جاتی ہے اور اس کی معمولی مقدار بھی اپنے بداثرات دکھائے بغیر نہیں رہتی۔

مسلمانوں نے شراب کے بداثرات کے پیش نظر اس کو ام الخبائث یا بدیوں کی ماں (جڑ) قرار دیا ہے۔گو یہ نام بالکل صحیح ہے یعنی یہ ام السکرات یعنی تمام

نشہ آور چیزوں کی ماں قرار دی جانی چاہیئے کیونکہ ہر نشہ آور چیز کی جو بھی خاصیت اور اثر ہوتا ہی اور جو نتائج اس کے استعمال سے پیدا ہوتے ہیں وہ بدرجہ اتم اس میں پائے جاتے ہیں۔ بالفاظ دیگر تمام مسکرات کی مضرتیں اور نقصان ایک ہی نشہ میں مجتمع ہیں۔ افیون، بھنگ، پوست وغیرہ اگر اضمحلال وانحطاط پیدا کرتی ہیں اور ہمارے خون میں حدت و جوش پیدا کرتی ہے تو یہ اس قسم کے تمام اثرات اپنے اندر رکھتی ہے۔ شراب میں بدمست کبھی جوش میں آ کر گالیوں بلکہ مرنے مارنے پر اتر آ تا ہے۔ کبھی رونے لگتا ہے اور کبھی خوفزدہ ہو کر کانپنے لگتا ہے۔ حال ہی میں جاپانی پولیس نے شراب سے بدمست ہو کر بکواس اور نامعقول حرکات کرنیو الوں کے ساتھ ایک نہایت ہی مضحکہ آمیز سلوک کرنا شروع کر دیا ہے۔ جب وہ اس حالت میں ہوتے ہیں تو متعلقہ پولیس افسران ان کی تمام خرافات ٹیپ ریکارڈر یعنی آواز محفوظ کرنے کے آلے میں بند کر لیتے ہیں۔ جب اس کے ہوش ٹھکانے لگتے ہیں تو وہ ریکارڈ لگا کر اسے سناتے ہیں۔ وہ بیچارہ ندامت اور شرمندگی سے سر جھکا لیتا ہے اور پانی پانی ہو جاتا ہے۔

☆فرانس میں شراب کے خلاف آواز:

فرانس میں شراب کے خلاف آواز اُٹھتی دیکھ کر جولائی 1995ء میں

شراب تیار کرنے والے کارخانوں کے مالکوں کی مجلس کے صدر اور اس صفت کے دیگر برسر اقتدار لوگوں نے مملکت فرانس کے صدر سے مل کر مطالبہ کیا کہ وہاں عام اعلان کا اعادہ کرے کہ شراب ہمارا قومی مشروب ہے۔ یوں تو شراب پینے سے صحت کے برباد ہونے کے ہزاروں واقعات ہر ملک میں پیش آتے رہتے ہیں لیکن ان ممالک میں جو شراب خوری کے مرکز ہیں، اس کی تباہ کاریاں حیرت میں ڈال رہی ہیں۔

محترم حضرات! یہ سارے نقصانات جو ہم نے بیان کئے، یہ سب تحقیقی ہیں جس چیز کو اللہ تعالیٰ اور اس کے محبوب ﷺ نے حرام قرار دیا ہو، وہ کیسے فائدہ مند ہو سکتی ہے۔ مگر آج ہم اس کو فیشن سمجھ کر پیتے اور پینے کے بعد فخر محسوس کرتے ہیں۔ آہ! جس مونہہ سے ہم سرکار دو عالم ﷺ کا کلمہ پڑھتے ہیں، جس مونہہ سے قرآن مجید اور درود و سلام پڑھتے ہیں۔ اسی پاک زبان سے ہم شراب پینے میں فخر محسوس کرتے ہیں۔

☆ روزے کے فوائد اور جدید سائنسی انکشافات:

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا: ہر چیز کی ایک زکوٰۃ ہے اور جسم کی زکوٰۃ روزہ ہے۔ (ابن

ماجہ، ابواب ماجاء فی الصیام، حدیث نمبر 1745)

☆ کھجور سے روزہ افطار اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت سلمان بن عامر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص تم میں سے افطار کرنا چاہے، اس کو چاہیئے کہ وہ کھجور سے افطار کرے۔ اگر کھجور نہ ملے تو پانی سے افطار کرے، اس لئے کہ پانی پاک کرنے والا ہے (ترمذی شریف، جلد اول (مترجم) ابواب الصوم، حدیث نمبر 673، صفحہ نمبر 384، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ مغرب کے وقت روزہ افطار فرماتے تھے۔ چند تازہ کھجوروں سے اگر تازہ کھجوریں نہ ہوتیں تو چند چلو پانی پی لیتے (ترمذی شریف، جلد اول (مترجم) ابواب الصوم، حدیث نمبر 675، صفحہ نمبر 385، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

صبح سحری کے بعد شام تک کھایا پیا نہیں جاتا اور جسم کی کیلوریز (حرارے) مسلسل کم ہوتے رہتے ہیں۔ اس کے لئے کھجور ایک ایسی معتدل اور جامع چیز

ہے کہ جس سے حرارت اعتدال میں آ جاتی ہے اور جسم گونا گوں امراض سے بچ جاتا ہے۔ اگر جسم کی حرارت کنٹرول نہ کی جائے تو مندرجہ ذیل امراض پیدا ہونے کے خطرات ہوتے ہیں۔

1......لو بلڈ پریشر

2......فالج

3......لقوہ

4......سر کا چکرانا وغیرہ

غذائیت کی کمی کی وجہ سے خون کی کمی کے مریضوں کے لئے افطار کے وقت فولاد کی اشد ضرورت ہوتی ہے اور وہ کھجور میں قدرتی طور پر میسر ہے۔ بعض لوگوں کو خشکی ہوتی ہے۔ ایسے لوگ جب روزہ رکھتے ہیں تو ان کی خشکی بڑھ جاتی ہے۔ اس کے لئے کھجور چونکہ معتدل ہے۔ اس لئے وہ روزہ دار کے لئے مفید ہے۔

گرمیوں کے روزہ میں روزہ دار کو چونکہ پیاس لگتی ہے اگر افطار کے وقت فوراً ٹھنڈا پانی پی لیا جائے تو معدے میں گیس، تبخیر اور جگر کے ورم کا سخت خطرہ ہوتا ہے اور اگر یہی روزہ دار کھجور کھا کر پانی پی لے تو بے شمار خطرات سے بچ جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے کھجور میں بہت توانائی اور برکتیں رکھی ہیں۔ بعض اوقات میرے سرکار دو عالم ﷺ صرف کھجور اور پانی پر ہی گزارا فرماتے۔ سرکار

دو عالم ﷺ نے بھی کھجور کی برکتیں اپنی زبان حق ترجمان سے ارشاد فرمائی ہیں اور موجودہ سائنس نے بھی تصدیق کی ہے۔

☆ روزہ اور انسان:

القرآن: (ترجمہ) اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کئے گئے جیسے اگلوں پرفرض ہوئے تھے کہ کہیں تمہیں پرہیز گاری ملے، گنتی کے دن ہیں تو جو کوئی بیمار یا سفر میں ہو تو اتنے روزے اور دنوں میں جنہیں اس کی طاقت نہ ہو تو وہ بدلہ دیں، ایک مسکین کا کھانا پھر جو اپنی طرف سے نیکی زیادہ کرے تو وہ اس کے لئے بہتر ہے اور روزہ رکھنا تمہارے لئے زیادہ بہتر ہے اگر تم جانو۔ (سورۃ البقرہ آیت 184-183، ترجمہ کنز الایمان)

ہم سب جانتے ہیں کہ سورۂ بقرہ کی آیات میں ہمارے لئے دین کے اہم رکن روزہ رکھنے کا حکم دیا گیا ہے اور تمام تفصیلات بتائی گئی ہیں۔ہم آیت 184 کے آخری حصہ میں بیان کردہ حقائق کا طبی نقطہ نظر سے مطالعہ کریں گے تو اس حصہ میں واضح طور پر بتادیا گیا ہے کہ روزہ ایک بے حد اچھی چیز ہے جس سے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔اس امر کا بھی اعلان کیا گیا ہے کہ ہم اس سے حاصل کردہ رحمتوں کو سمجھ سکتے ہیں۔ بشرطیکہ ہم سچ کو پہچان سکیں۔ابھی کچھ عرصہ

قبل تک یہ سمجھا جاتا تھا کہ روزے سے نظام ہضم کو آرام ملتا ہے، سوائے اس کے اور کچھ نہیں مگر جیسے جیسے طبی علم نے ترقی کی، اس حقیقت کا بتدریج علم حاصل ہوا کہ روزہ تو ایک طبی معجزہ ہے اسی وجہ سے آیت مبارکہ کے آخری حصے میں یوں فرمایا گیا ہے کہ ''اگر تم جانو!''

☆سائنسی تناظر:

☆روزے کا نظام ہضم پر اثر:

نظام ہضم جیسا کہ ہم سب جانتے ہیں کہ ایک دوسرے سے قریبی طور پر ملے ہوئے بہت سے اعضاء پر مشتمل ہوتا ہے جیسے کہ مونہہ اور جبڑے میں لعابی غدود، زبان، گلا، نالی (یعنی گلے سے معدے تک خوراک لے جانے والی نالی) معدہ، بارہ انگشت آنت، جگر، لبلبہ اور آنتوں کے مختلف حصے وغیرہ تمام اس نظام کا حصہ ہیں۔ اس نظام کا اہم حصہ یہ ہے کہ یہ سب پیچیدہ اعضاء خودبخود ایک کمپیوٹری نظام سے عمل پذیر ہوتے ہیں جیسے ہی ہم کچھ کھانا شروع کرتے ہیں یا کھانے کا ارادہ ہی کرتے ہیں، یہ پورا نظام حرکت میں آجاتا ہے اور ہر عضو اپنا مخصوص کام شروع کردیتا ہے۔ یہ ظاہر ہے کہ سارا نظام چوبیس گھنٹے ڈیوٹی پر ہونے کے علاوہ اعصابی دباؤ اور غلط قسم کی خوراک کی وجہ سے ایک طرح سے

گھس جاتا ہے۔

روزہ ایک طرح سے اس سارے نظام پر ایک مہینہ کا آرام طاری کر دیتا ہے۔ مگر درحقیقت اس کا حیران کن اثر خاص طور پر جگر پر ہوتا ہے۔ کیونکہ جگر کا کھانا ہضم کرنے کے علاوہ پندرہ مزید عمل بھی ہوتے ہیں۔ یہ اس طرح تھکان کا شکار ہوجاتا ہے۔ جگر ایک ایسے چوکیدار کی طرح ہے جو ساری زندگی کی چوکیداری کے لئے کھڑا ہو۔ اسی طرح صفرا کی رطوبت جس کا اخراج ہاضمہ کے لئے ہوتا ہے، مختلف قسم کے مسائل پیدا کرتا ہے اور دوسرے اعمال پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔

دوسری طرف روزے سے جگر کو چار گھنٹوں تک آرام مل جاتا ہے۔ یہ روزے کے بغیر بالکل ناممکن ہے۔ کیونکہ بے حد معمولی مقدار کی خوراک یہاں تک کہ ایک گرام کے دسویں حصہ کے برابر بھی اگر معدے میں داخل ہوجائے تو پورے نظام ہضم کا کمپیوٹر اپنا کام شروع کر دیتا ہے اور جگر فوراً عمل میں مصروف ہوجاتا ہے۔ سائنسی نقطہ نظر سے یہ دعویٰ کیا جاسکتا ہے کہ آرام کا وقفہ ایک سال میں ایک مہینہ تو لازمی ہونا چاہیے۔

جدید دور کا انسان جو اپنی زندگی کی غیر معمولی قیمت مقرر کرتا ہے، بہت سے طبی معائنوں کے ذریعے اپنے آپ کو محفوظ سمجھنا شروع کر دیتا ہے لیکن اگر جگر

کے خلیے کو بولنے کی طاقت حاصل ہوتی تو وہ اس انسان سے کہتا کہ ''تم مجھ پر ایک بڑا احسان روزہ رکھ کر ہی کر سکتے ہو''

جگر پر روزے کی برکات میں سے ایک برکت یہ ہے کہ جو خون کے کیمیائی عمل پر اس کے اثر اندازی سے متعلق ہے، جگر کے انتہائی مشکل کاموں میں سے ایک کام اس توازن کو برقرار رکھنا بھی ہے جو غیر ہضم شدہ خوراک اور تحلیل شدہ خوراک کے درمیان ہوتا ہے۔ اسے یا تو لقمہ کو اسٹور میں رکھنا ہوتا ہے یا پھر خون کے ذریعے اسے ہضم ہوجانے کے عمل کی حفاظت کرنا ہوتی ہے۔ روزے کی ذریعے جگر قوت بخش کھانے کے اسٹور کرنے کے عمل سے بڑی حد تک آزاد ہوجاتا ہے۔ اس طرح جگر اپنی توانائی خون میں گلوبین جو جسم کے محفوظ رکھنے والے نظام کو بلندی دیتا ہے۔ روزے کے ذریعے گلے اور خوراک کی نالی کے بے حد حساس اعضاء کو جو آرام نصیب ہوتا ہے، اس تحفہ کی کوئی قیمت ادا نہیں کی جاسکتی۔ انسانی معدہ روزے کے ذریعے جو بھی اثرات حاصل کرتا ہے وہ بے حد فائدہ مند ہوتے ہیں۔ اس ذریعے سے معدے سے نکلنے والی رطوبتیں بھی بہتر طور پر متوازن ہوجاتی ہیں۔ اسی وجہ سے روزے کی دوران تیزابیت جمع نہیں ہوتی، اگرچہ عام قسم کی بھوک سے یہ بڑھ جاتی ہے لیکن روزے کی نیت اور مقصد کے تحت تیزابیت کی پیداوار رک جاتی ہے۔ اس طریقے سے معدے کے پٹھے

اور معدے کی رطوبت پیدا کرنے والے خلیے رمضان کے مہینے میں آرام کی حالت میں چلے جاتے ہیں جو لوگ زندگی میں روزہ نہیں رکھتے، ان کے دعوؤں کی برخلاف یہ ثابت ہو چکا ہے کہ ایک صحت مند معدہ شام کو روزہ کھولنے کے بعد زیادہ کامیابی سے ہضم کا کام سرانجام دیتا ہے۔

روزہ آنتوں کو توانائی بھی فراہم کرتا ہے۔ یہ سب رطوبت کے بننے اور معدے کے پٹھوں کی حرکت سے ہوتا ہے۔ آنتوں کے شرائین کی خلاف کے نیچے محفوظ رکھنے والے نظام کا بنیادی عنصر موجود ہوتا ہے جیسے انتڑیوں کا جال روزے کی دوران ان کو نئی توانائی اور تازگی حاصل ہوتی، اسی طرح ہم ان تمام بیماریوں کے حملوں سے محفوظ ہو جاتے ہیں جو ہضم کرنے والی نالیوں پر ہو سکتے ہیں۔

روزے کے روحانی فوائد اور دیگر برکات اپنی جگہ موجود ہیں مگر ہم نے یہاں صرف سائنسی تحقیق پیش کی ہے۔ صرف سائنسی تحقیق نے یہ تسلیم کیا ہے کہ ایسا دین اسلام جس کے نظام کو صرف آپ دیکھیں تو فائدے سے کوئی چیز خالی نہیں۔ نماز پڑھو تو فائدہ، زکوٰۃ دو تو فائدہ، روزے سے جسمانی فائدہ الغرض کہ ہر چیز میں فائدہ ہی فائدہ۔ کیا ان باتوں سے یہ اندازہ نہیں ہوتا کہ جس دین کے اصولوں میں اس قدر فوائد ہوں وہ دین خود کس قدر فائدہ مند ہوگا۔

☆ نظر بد کی حقیقت اور جدید سائنس:

حدیث شریف = حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ان کی گھر میں ایک لڑکی کو دیکھا جس کا چہرہ زرد تھا، سرکار دو عالم ﷺ نے فرمایا کہ اسے دعا تعویذ کراؤ، اسے نظر بد لگی ہے (مسلم، جلد سوم، (مترجم) کتاب السلام، حدیث نمبر 5605، صفحہ نمبر 166، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

اس حدیث شریف سے معلوم ہوا کہ تعویذ پہننا جائز ہے اور نظر بد حق ہے یعنی انسان کو کسی دوسرے کی نظر لگ سکتی ہے۔ اسی طرح جانوروں کو انسانوں کی نظر بد لگ جاتی ہے۔ بعض دفعہ اسی نظر بد لگ جانے کی وجہ سے جانور بیمار اور مر بھی جاتے ہیں۔ اب آیئے اس نظر بد کے متعلق سائنسی تحقیق کیا کہتی ہے۔ دیکھتے ہیں:

☆ جدید تحقیق:

نظر نہ آنے والے علوم یعنی مخفی علوم کی تحقیق کا نام پیرا سائیکالوجی ہے۔

ماہرین کے مطابق ہر انسان کی آنکھ سے غیر مرئی لہریں نکلتی ہیں جن میں ایموشنل انرجی کی بجلی بھری ہوئی ہوتی ہے۔ یہ بجلی جلدی مسامات کے ذریعہ جسم میں جذب ہوکر جسم کی تعمیر یا تنزلی کا باعث بنتی ہے۔

اگر ایموشنل انرجی کی بجلی یا لہریں مثبت ہوں تو اس سے انسان کو نفع پہنچتا ہے اور اگر لہریں منفی ہوں تو مسلسل نقصان پہنچتا ہے۔ اب بدنظر شخص کی آنکھ سے نکلنے والی لہریں دراصل منفی ہوتی ہیں اور ان کے اندرونی قوت ہوتی ہے کہ وہ جسم کے نظام کو دیکھ کر اپنی غیر مرئی لہریں چھوڑ دیں تو دوسرے شخص کا چہرہ سیاہ ہو گیا تو اس بدنظر کی لہروں نے اس کے خون میں میلانن کو زیادہ کر دیا جس سے جلد کی رنگت سیاہ ہوگئی۔

سنت سرکار دوعالم ﷺ اور سائنسی تحقیق سے یہ ثابت ہو گیا کہ نظر بد حق ہے۔ اسی طرح اس کا برعکس ہے کہ اگر نظر بد حق ہے تو پھر اچھی اور نیک نظر بھی حق ہے۔ مطلب کہ اللہ تعالیٰ کے کسی نیک بندے مرد کامل کی نظر کسی عام مسلمان کو لگ جائے تو اس کے دل کی کلی کھل اٹھتی ہے۔ معلوم ہو گیا کہ جب منفی شعاعوں سے نظر بد لگ سکتی ہے تو پھر مثبت شعاعوں سے نظر حق بھی لگ سکتی ہے یعنی نیک ہستی کی نظر حق عروج پر پہنچا دیتی ہے۔ الغرض نظر بد اور نظر حق دونوں اپنی جگہ مُسلّم ہیں۔

☆عصا رکھنے کی سنت اور سائنسی تحقیق:

احادیث میں ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ اپنے دست حق پرست میں عصا مبارک (لاٹھی مبارک) رکھا کرتے تھے۔ لاٹھی ہاتھ میں رکھنا میرے سرکار دو عالم ﷺ کی سنت ہی نہیں بلکہ انبیاء کرام علیہم السلام کی بھی سنت رہی ہے۔ اس کے بے شمار فوائد ہیں۔ اگر سنت کی نیت سے ہاتھ میں لاٹھی رکھیں گے تو ہمیں فوائد بھی ہوں گے اور ثواب بھی ملے گا۔

☆جدید تحقیق:

سرلیبل گریلفن نے ایک مشہور کتاب (سیاست کے فرعون، یادیں چیف آف پنجاب) میں کئی مقامات میں یہ بات واضح کی کہ ''لاٹھی جسم کا سہارا اور ساتھی ہے اس کا جسم کے اعصابی نظام پر گہرا اثر پڑتا ہے۔ جس کے ہاتھ میں ہمہ وقت لاٹھی ہوگی اس لاٹھی کا غیر مرئی اثر اس کے جسم اور روح پر پڑتا رہے گا۔ یہ آدمی بزدل نہیں ہوگا۔ میں نے پنجاب کے امیر اور رئیس لوگوں کو دیکھا ہے کہ وہ ہاتھ میں لاٹھی یا ڈنڈا رکھتے ہیں جس جس کے پاس میں نے عصا دیکھا ہے۔ یقینا انہیں میں نے دل والا اور دوربین دیکھا ہے''

چونکہ عصا سیدھے ہاتھ میں ہوتا ہے۔ اس لئے جس ہاتھ میں عصا ہوگا وہ

ہاتھ مضبوط ہوگا۔ اس سے غیر معمولی طاقت اور قوت بڑھ جائے گی چونکہ زندگی میں زیادہ ضرورت دائیں ہاتھ کی ہے، اس لئے دایاں ہاتھ مضبوط ہونا چاہئے اور اس کی طاقت، قوت اور مضبوطی عصا میں مضمر ہے۔

1......عصا جسم کے نظام کو متوازن رکھنے میں قوت اور مدد دیتا ہے۔

2......عصا کی وجہ سے دایاں ہاتھ چونکہ گرفت میں مصروف رہتا ہے، اس گرفت کا اثر فزیالوجی کے مطابق دل اور دل کے اعصاب اور عضلات پر پڑتا ہے۔

3......عصا کے رکھنے سے دل مضبوط ہوتا ہے اور بزدلی دور ہوتی ہے۔

4......لاٹھی اور عصا سے موذی جانور کا خطرہ ختم ہوجاتا ہے۔

☆ نام کا اثر اور جدید سائنسی انکشافات:

سرکار دوعالم ﷺ نے ہمیں نام دیا۔ ہمیں اپنی پہچان سکھائی۔ ہمیں عزت دی اور اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں جھکنے کا سلیقہ سکھایا۔ آپ ﷺ کا نام اور آپ ﷺ کی نسبت ہماری اصل پہچان ہے۔

حدیث شریف = حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ برے نام کو بدل دیا کرتے تھے۔ (ترمذی شریف، جلد دوم

(مترجم) حدیث نمبر 746، صفحہ نمبر 301، مطبوعہ فرید بک لاہور)

نام انسانی شخصیت کا آئینہ ہوتا ہے لہذا اس کا اچھا ہونا ضروری ہے جو نام اسلام کے مطابق ہو، وہ اچھا ہے اور جو اسلام کے خلاف ہو، یا اس سے کوئی برا پہلو نکلتا ہو، وہ برا ہے لہذا اسلام میں اس امر کی بڑی تاکید کی گئی ہے کہ اپنے بچوں اور بچیوں کے نام رکھتے وقت اچھے ناموں کو مدنظر رکھا جائے کیونکہ ناموں کا اخلاق و عادات اور اس کی اپنی زندگی پر بھی اثر پڑتا ہے۔ عموما برے ناموں کے اثرات بچوں کے اخلاق پر بھی پڑتے ہیں۔ اس بارے میں سائنس کیا کہتی ہے۔ آیئے دیکھتے ہیں۔

☆ پروفیسر پیرل ماسٹر کی تحقیق:

پیر سائیکالوجی کے ماہر پروفیسر پیرل ماسٹر نے اپنی حالیہ تحقیق میں انکشاف کیا ہے کہ نام زندگی پر اثر انداز ہوتے ہیں حتیٰ کہ نام کے الفاظ کا ترجمہ بھی اپنے فوائد اور اثرات بدل دیتا ہے۔ پروفیسر کے مطابق ''میں نے رحیم اور پرویز کے نام کا موازنہ کیا تو رحیم سے سبز اور سفید روشنی نکلتی ہوئی نظر آئی اور پرویز سے سیاہ اور نسواری رنگ کی روشنی مترشح ہو رہی تھی'' یہی کیفیت تعویذ کے فوائد اور اس کے الفاظ کی ہے۔ طاقت دراصل الفاظ میں ہے، چاہے وہ نام کی شکل میں ہو یا وہی

نام تعویذ کی شکل میں ہو۔

☆توکل اور جدید سائنسی انکشافات:

اپنی تدابیر اور کوشش کے انجام کو اللہ تعالیٰ کے سپرد کرنے کا نام توکل ہے۔ توکل دراصل انسان کے دلی ارادے کی ایک حالت ہے جس میں انسان دنیا کی تمام اشیاء سے بالاتر ہو کر اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کرتا ہے کیونکہ جو شخص اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کے لئے کافی ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل پر امید اور بھروسہ قائم رکھنا توکل ہے۔ توکل اللہ تعالیٰ کے نیک بندوں کا راستہ ہے۔ جو صدق دل سے اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کر لیتا ہے، اللہ تعالیٰ اس کے لئے کسی چیز کی کمی نہیں رہنے دیتا۔

حدیث شریف = حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ سرکار دو عالم ﷺ سے سنا کہ اگر تم خدا تعالیٰ پر توکل کرو جیسا کہ کرنا چاہیے تو وہ تمہیں اس طرح رزق دے جس طرح پرندوں کو رزق دیتا ہے کہ صبح کو بھوکے جاتے ہیں، شام کو پیٹ بھر کر واپس آتے ہیں (ترمذی شریف، کتاب الزہد، حدیث نمبر 2351)

حدیث شریف = حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ سرکار

دو عالم ﷺ نے فرمایا کہ میری امت میں سے ستر ہزار بغیر حساب جنت میں داخل ہوں گے اور یہ وہ لوگ ہوں گے جو اپنے بدن نہیں داغتے، کسی چیز سے بدشگونی نہیں لیتے اور نہ جھاڑ پھونک (کفریہ منتر) کرواتے ہیں اور اپنے رب پر توکل کرتے ہیں۔ (ابوداؤد، حدیث نمبر 352)

☆ جدید تحقیق:

اس وقت یورپی عوام بے شمار نفسیاتی امراض سے دوچار ہے۔ اس کی بنیادی وجہ توکلی زندگی کا فقدان ہے۔ اگر ان سے کوئی نقصان ہوتا ہے تو وہ اس نقصان کے عوامل کو تلاش کرتے ہیں اور وہ عوامل مل جاتے ہیں تو اپنے آپ کو ملامت کرتے ہیں اور اگر عوامل نہیں ملتے، تب بھی اپنے آپ کو ملامت کرتے ہیں حتیٰ کہ بعض اوقات دلبرداشتہ ہوکر خودکشی کر لیتے ہیں۔

بالکل یہی کیفیت ایک گھر دار خاتون کی ہے کیونکہ گھر میں رہتے ہوئے بہرحال اسے گھریلو مسائل سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ اب یہاں اسلام صبر اور توکل کا درس دیتا ہے لیکن یورپین زندگی کے اشتعال میں صبر اور توکل کی چیز ہی نہیں گزری۔ اس لئے وہاں طلاق کی زیادتی ہے۔ نفسیاتی ماہرین کے مطابق توکل آدمی کو بے شمار خطرناک نفسیاتی امراض سے نجات دیتا ہے اور اس توکل کی

وجہ سے انسان معاشرے کا اچھا شہری اور فرد بن سکتا ہے۔

☆قرآن مجید کائنات کی اشیاء کا منبع:

جدید علم کائنات مشاہداتی طور پر یہ بتاتا ہے کہ ایک وقت ایسا بھی تھا کہ جب تمام کائنات دھویں کا بادل تھی۔ ایک مبہم بہت زیادہ ٹھوس اور گرم گیسوں کا مجموعہ تھا۔ یہ جدید علم کائنات کی غیر متنازعہ حقیقت ہے اب سائنس دان اس دھوئیں میں سے نئے ستاروں کا مشاہدہ کر سکتے ہیں۔ ہم اس دھوئیں کے مادے میں رات کو ان جگمگاتے ہوئی ستاروں کو اس طرح سے دیکھ سکتے ہیں جیسا کہ یہ پوری کائنات

ثُمَّ اسْتَوٰٓی اِلَی السَّمَآءِ وَھِیَ دُخَانٌ

ترجمہ: پھر آسمان کی طرف قصد فرمایا اور وہ دھواں تھا (پ 24، سورۂ حم السجدہ، آیت 11، ترجمہ کنز الایمان)

کیونکہ زمین اور آسمان اسی دھویں سے بنائے گئے ہیں۔ ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ زمین اور آسمان ایک دوسرے سے ملے ہوئے وجود تھے پھر اس قسم کے دھویں سے ان کو بنایا گیا اور ایک دوسرے سے علیحدہ کر دیا۔

اَوَلَمْ یَرَالَّذِیْنَ کَفَرُوْٓا اَنَّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ کَانَتَا

رَتْقًا فَفَتَقْنٰهُمَا

ترجمہ: کیا کافروں نے یہ خیال نہ کیا کہ آسمان اور زمین بند تھے تو ہم نے انہیں کھولا (پ17، آیت 30، سورۃ الانبیاء، ترجمہ کنزالایمان)

☆ قرآن مجید میں پہاڑوں کا تذکرہ:

ایک کتاب جس کا نام (Earth) ہے، دنیا کی بہت سی یونیورسٹیوں میں ایک بنیادی حوالہ کی حیثیت رکھتی ہے۔ اس کتاب کے دو مصنفوں میں سے ایک بڑا نام پروفیسر فرانک پریس ہے۔ پروفیسر فرانک پریس امریکہ کے سابق صدر جمی کارٹر کے سائنس اور ٹیکنالوجی کے مشہور رہے ہیں اور بارہ سال تک نیشنل اکیڈمی آف سائنسز واشنگٹن ڈی سی کے صدر رہ چکے ہیں۔ ان کی کتاب (Earth) کے مطابق پہاڑوں کے نیچے تہیں (Underlying Roots) بچھی ہوتی ہیں۔ یہ گہرائی میں مضبوطی کے ساتھ جمی ہوئی ہوتی ہیں۔ اس طرح پہاڑ کھونٹے کی شکل میں نظر آتے ہیں۔ اس بات کو قرآن مجید نے اس طرح بیان کیا ہے۔

اَلَمْ نَجْعَلِ الْاَرْضَ مِهٰدًا وَّالْجِبَالَ اَوْتَادًا

ترجمہ: اور کیا ہم نے زمین کو بچھونا نہ کیا اور پہاڑوں کو میخیں (ترجمہ

کنزالایمان)

جدید زمینی سائنس نے اس بات کو تسلیم کرلیا کہ پہاڑ سطح زمین کے نیچے گہرائی رکھتے اور بعض اوقات سطح زمین سے بلند بھی ہوجاتے ہیں۔

تو پہاڑوں کی صورتحال کو صحیح طور پر واضح کرنے کے لئے مناسب ترین لفظ میخ ہے جس کو ہم کیل بھی کہہ سکتے ہیں اور یہ میخیں سطح زمین کے اندر مضبوطی سے جمی ہوئی اور چھپی ہوئی ہیں۔سائنسی تاریخ سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ پہاڑوں کے نیچے گہری تہوں کا نظریہ (Theory) انیسویں صدی کے آدھے سے زیادہ گزر جانے کے بعد معلوم ہوا۔

(The Geological Concept of Mountain in The Quran) (P.No. 5)

پہاڑ زمین کی تہہ (پرت) کو مضبوطی سے جمانے میں بھی اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

(The Geological Concept of Mountain in The Quran) (P.No. 44/45)

یہ زمین کو ہلنے سے روکتے ہیں۔

وَاَلْقٰى فِی الْاَرْضِ رَوَاسِیَ اَنْ تَمِیْدَ بِكُمْ وَاَنْهٰرًا

وَسُبُلًا لَّعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ -

ترجمہ: اور اس نے زمین میں لنگر ڈالے کہ کہیں تمہیں لے کر نہ کانپے اور ندیاں اور راستے کہ تم راہ پاؤ۔

(سورۃ النحل، پارہ 15، آیت 15، ترجمہ کنز الایمان)

اسی طرح سطح زمین کی ساکت کے بارے میں حالیہ نظریہ یہ ہے کہ پہاڑ زمین کو ثبات عطا کرتے ہیں۔ یہ بات زمینی علوم میں 1960ء کے بعد آئی ہے۔کیا کوئی شخص یہ تصور کرسکتا تھا کہ یہ بڑے اور ٹھوس پہاڑ جو آپ کے سامنے موجود ہیں، زمین کے نیچے گہرائیوں میں ان کی تہہ پھیلی ہوئی ہے، جس کو آج سائنس دان وثوق سے بیان کررہے ہیں۔

علم ارضیات کی کتابوں کی ایک بہت بڑی تعداد میں جب پہاڑوں کا تذکرہ ہوتا ہے تو وہ زیادہ تر پہاڑوں کے ان حصوں کا تذکرہ کرتے ہیں جو زمین کے اوپر ہوتے ہیں، اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ کتابیں علم ارضیات کے ماہرین کی لکھی ہوئی ہیں لیکن یہ قرآن کا معجزہ ہے کہ اس نے جدید ترقی یافتہ علم ارضیات سے اپنا لوہا منوایا۔

☆قرآن مجید اور بادل:

سائنس دانوں نے بادل کی ساخت کا مطالعہ کیا اور اس نتیجے پر پہنچے کہ

بارشوں والے بادل نہایت متعین طریقے سے ترتیب وتشکیل دیئے گئے ہیں اور خاص اقدامات اور خاص قسم کی ہوا اور بادلوں کے ساتھ منسلک ہیں۔

☆بارش کے بادلوں کی قسم کو بارشی بادل یا ابر مطیر کہا جاتا ہے:

ماہرین موسمیات نے اس بات کا بغور مطالعہ کیا کہ کس طرح یہ ابر مطیر تشکیل پاتے ہیں اور کس طرح یہ بارش، ژالہ باری اور گرج چمک پیدا کرتے ہیں۔ وہ اس نتیجہ پر پہنچے کہ یہ بارشی بادل یعنی ابر مطیر بارش پیدا کرنے کے لئے مندرجہ ذیل مراحل سے گزرتے ہیں۔

☆ہوا کا بادلوں کو دھکیلنا:

ہوا بادلوں کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں اور ابری تودوں کو کسی علاقے کی طرف دھکیلتی ہے جہاں تمام بادل ایک خاص جگہ مرتکز ہو جاتے ہیں اور ابر مطیر تشکیل پاتا ہے۔

☆ملاپ:

پھر ان چھوٹے چھوٹے بادلوں کا ملاپ ہو جاتا ہے جس سے بڑے بادل تشکیل پاتے ہیں۔

☆بادلوں کا انبار:

جب چھوٹے بادل اکھٹے ہوتے ہیں، ہوا اوپر کی جانب حرکت کرتی ہے اور بڑے بادل اندر سے اپنا حجم بڑھاتے ہیں تو ہوا کی اوپر کی جانب حرکت بادل کے درمیانی حصے میں زیادہ طاقتور ہوتی ہے بہ نسبت کنارے والے حصوں کے درمیانی حصہ اس لئے ہوتے ہیں۔ یہ ہوا کی اوپر کی جانب حرکت بادل کی ہیئت کو عمودی بنانے کا سبب بنتی ہی اس طرح بادلوں کا انبار اکھٹا ہوتا رہتا ہے۔ یہ عمودی نشوونما بادل کی ہیئت کو فضا کے ٹھنڈے علاقوں تک پھیلاتے ہیں وہاں پانی کے قطرات اور ژالہ میں تبدیل ہوجاتے ہیں اور بڑھنا شروع ہوجاتے ہیں۔ جب یہ پانی کے قطرات اور ژالے بہت زیادہ بھاری ہوجاتے ہیں تو یہ بادلوں میں بارش اور ژالہ باری کی شکل میں نیچے آنا شروع کردیتے ہیں۔

بحوالہ: (The Atmosphere, Anthes and other, page No.259)

(Elements of meeorology, mellean thompson, Page no 141,142)

☆اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے:

کیا تو نے نہ دیکھا کہ اللہ نرم نرم چلاتا ہے بادلوں کو پھر انہیں آپس میں ملاتا

ہے پھر انہیں تہہ پرتہہ کر دیتا ہے تو دیکھئے کہ اس کے بیچ میں سے مینہ نکلتا ہے اور اتارتا ہے آسمان سے اس میں جو برف کے پہاڑ ہیں، ان میں سے کچھ اولے پھر ڈالتا ہے انہیں جس پر چاہے پھیر دیتا ہے انہیں جس سے چاہے قریب ہے کہ اس کی بجلی کی چمک پھر آنکھ لے جائے۔

(سورۃ النور، آیت 43)

ماہرین موسمیات نے حالیہ سالوں میں جدید ترین آلات مثلاً جہاز، سیاروں، کمپیوٹر، بادبانی غباروں کی مدد سے بادلوں کی ساخت، بناوٹ اور ترتیب وتشکیل کی تفصیلات کو معلوم کیا ہے۔ دوسرے جدید ترین اور طاقتور آلات کی مدد سے ہوا اور اس کی سمت کا مطالعہ، نمی، رطوبت اور اس کا تغیر، سطح کا تعین اور فضائی دباؤ کا تعین وتغیر کے متعلق معلومات حاصل کی ہیں، ماہرین موسمیات نے اپنی تحقیق سے پتہ چلایا ہے کہ ابرشی بادل اور ابر مطیر جو ژالہ باری کی برسات کرتا ہے، پچیس ہزار سے تیس ہزار فٹ بلندی سے نیچے آتا ہے اور پہاڑ کی طرح معلوم ہوتا ہے۔

حوالہ: (Elements of meeorology, mellean thompson, Page no 141)

☆ بارش کا پانی اور سائنس:

آب مینہ یعنی بارش کا پانی اللہ تعالیٰ کی طرف سے انسان کے لئے ایک عظیم اور بے نظیر تحفہ اور نعمت ہے۔ قرآن مجید میں ارشاد ہوتا ہے۔

القرآن (ترجمہ) اور اس نے مینہ برسا کر تمہارے کھانے کے لئے انواع و اقسام کے میوے پیدا کئے (سورۃ البقرہ آیت 22 کا کچھ حصہ)

دوسری جگہ ارشاد ہوتا ہے:

القرآن: (ترجمہ) وہی تو ہے جس نے آسمان سے پانی برسایا جسے تم پیتے ہو اور اس سے درخت بھی شاداب ہوتے ہیں، جن میں تم اپنے چار پایوں کو چراتے ہو، اسی پانی سے وہ تمہارے لئے کھیتی اور زیتون اور کھجور اور انگور (اور بے شمار درخت) اگاتا ہے اور ہر طرح کے پھل پیدا کرتا ہے۔

(سورۃ النحل، آیت 10-11 کا کچھ حصہ)

مندرجہ بالا تمام آیات میں اللہ تعالیٰ نے مینہ یعنی بارش کے برسنے اور اس کی وجہ سے انسان اور جانوروں اور نباتات کو حیات نو میسر آنے والی باتیں اشاروں میں بتائی ہیں اور یہ حقیقت ہے کہ اگر اللہ تعالیٰ کی طرف سے بارش نہ ہو تو ہرے بھرے درخت مرجھا جائیں، فصلیں تباہ ہو جائیں۔ آپ نے ملاحظہ کیا

ہوگا کہ جہاں بارش نہیں ہوتی وہاں قحط سالی اور زندگی بے رونق ہو جاتی ہے۔

☆ جدید تحقیق:

ہوا میں شامل بخارات کا فضا کے بالائی سرد طبقوں میں پہنچ کر عمل تکفیف سے بادل کی صورت اختیار کر لینا اور پانی کی شکل میں زمین پر گرنا بارش ہے۔ گرمی کی وجہ سے عمل تبخیر زیادہ ہوتا ہے جس سے ہوا میں بکثرت بخارات جذب ہو جاتے ہیں۔ گرم ہوا میں بخارات کو جذب کرنے کی زیادہ صلاحیت ہوتی ہے اور سرد ہوا میں کم۔ گرم ہوا ہلکی ہو کر اوپر اٹھتی ہے۔ ذرات اور بخارات سے لدی ہوئی گرم ہوا بلندی پر پہنچتی ہے تو عمل تکفیف سے بخارات قطروں کی شکل اختیار کر کے بادل کی صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ یہ قطرات خاکی ذرات کے گرد لپٹ جاتے ہیں لیکن جب یہ مزید بخارات کے مل جانے سے بھاری ہو جاتے ہیں تو بارش کی شکل میں زمین پر گر پڑتے ہیں۔ شبنم، کہر اور برف بھی اسی طرح وجود میں آتے ہیں۔ فرق صرف یہ ہے کہ شبنم اور کہر کا عمل ہوا کے زیریں میں ہوتا ہے یعنی زمین کے نزدیک اور بادل، بارش اور برف وغیرہ ہوا کے بالائی حصوں میں وجود میں آتے ہیں۔

بارش کے پانی سے وہ حضرات سر دھوئیں جن کے بالوں میں چکنائی اور

خشکی بہت ہوتی ہے۔ بارش کے پانی سے جھاگ اچھی اور بڑی ملائم بنتی ہے جن سے بادلوں کی جڑوں سے چکنائی اور خشکی نکل جاتی ہے لیکن بارش کے برسنے کے شروع یں پانی جمع نہ کریں کیونکہ فضا میں دھواں، کیمیائی عناصر اور آلودگی ہوتی ہے۔ شروع کی بارش اس کو دھو کر لاتی ہے اس کے بعد کی بارش کو جمع کریں۔ امریکہ کی دیہاتی علاقوں میں دیکھا گیا ہے کہ وہاں کی خواتین اپنی چھتوں پر خالی برتن رکھ دیتی ہیں، جب بارش سے ان کے برتن بھر جاتے ہیں وہ اس پانی کو سر دھونے میں استعمال کرتی ہیں۔ اس کے علاوہ بارش کا پانی کپڑے دھونے کے لئے بھی اچھا ہے۔

اللہ اللہ عقل حیران ہے کہ بارش جیسے پانی کو بھی اللہ تعالیٰ نے برکتوں سے بھرپور فرمایا ہے اور قرآن مجید میں بھی چودہ سو سال پہلے فرمادیا گیا اور آج جدید سائنس نے بھی اس کی تائید کی کہ بارش ایک عظیم نعمت ہے جو کمالات سے مالا مال ہے۔

قرآن مجید وہ کلام ہے جسے دیکھ کر سائنس دانوں نے بھی تسلیم کیا ہے کہ یہ کسی انسان کا کلام نہیں بلکہ یہ تو اللہ تعالیٰ کا کلام ہے۔ چودہ سو سال گزر جانے کے باوجود ویسا ہی ہے جیسا نازل ہوا تھا۔ اس میں ساری حکمتیں اور دانائیاں رکھ دی گئی ہیں۔ درحقیقت سائنس نے جو تحقیقات پیش کی ہیں یہ تو مختصر ہیں۔ صرف

قرآن پر تحقیق اگر یہاں بیان کی جائے تو کتابوں کی کتابیں بھر جائیں، اس کی اتنی وسعت ہے۔ غیر مسلم سائنس دانوں نے واضح الفاظ میں یہ چیز بیان نہیں کی مگر ان کے ذہنوں نے یہ سوچا تو ہوگا کہ جس قرآن میں اول وآخر سارے علوم موجود ہیں جس میں علمی، ادبی، تحقیقی ساری چیزیں پہلے بیان کردی گئیں جس میں حضرت آدم علیہ السلام سے لے کر کئی انبیاء علیہم السلام کے تذکرے موجود ہیں۔ جب قرآن میں اتنے علوم موجود ہیں تو یہ قرآن جس ہستی پر نازل ہوا، اُس نبی ﷺ کے علم مبارک کی وسعتوں کا کون اندازہ لگا سکتا ہے۔ یہ بات سائنس دانوں نے ضرور سوچی ہوگی؟

☆ روغن زیتون کی مالش اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: زیتون ہی سے کھانا تیار کیا کرو اور زیتون کا تیل لگایا کرو کیونکہ یہ ایک بابرکت درخت سے نکلتا ہے (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) کتاب الاطمعہ، حدیث نمبر 1108، صفحہ نمبر 312، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے: نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: زیتون کھایا کرو اور اسی کا تیل لگایا کرو کیونکہ یہ

بابرکت ہے (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) کتاب الاطعمہ حدیث نمبر 1109، صفحہ نمبر 312، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

جسم کی مالش سے طاقت اور قوت بڑھتی ہے۔ یہ ایک ایسا راز ہے جو ہمارے ملک کے جہلاء کو بھی معلوم ہے۔ کشتی لڑنے والے پہلوانوں کا گھنٹوں اپنے بدن پر تیل ملوانا اور گھر کی بڑی بوڑھیوں کا تاکید کر کے ننھے بچوں کے بدن پر میدہ اور گھی یا صرف تیل کی مالش کرنا اس بات کا ثبوت ہے کہ عوام مالش کے فائدوں سے اچھی طرح واقف ہیں۔

بچوں کے کمزور سینے مالش سے بہت جلد طاقتور ہو جاتے ہیں۔ کمزور بچوں کے لئے مالش ایک نعمت ہے۔ جن بچوں کا سینہ کمزور ہو۔ ان کے سینوں کی مالش روزانہ کی جائے، مالش ہاتھ کی ہتھیلیوں سے آہستہ آہستہ کی جائے اور بچے کے سینے پر زیادہ بوجھ نہ دیا جائے، کمزور بچوں کے لئے مچھلی کا تیل یا روغن زیتون کی مالش بہت مفید ہے۔ مالش سے خشکی دور ہوتی ہے، جسم مضبوط اور خوبصورت ہوتا ہے۔ سر میں تیل کی مالش سے بال بڑھتے ہیں۔ آنکھ اور دماغ کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ پاؤں اور ہاتھ کے تلوؤں پر مالش کرنے سے بینائی تیز ہو جاتی ہے۔

مالش کے لئے گائے کا گھی، بادام روغن، روغن زیتون اور سرسوں کا تیل خصوصا کچی گھانی کا تیل مفید ہے۔ مالش سے خشکی دور ہوتی ہے۔ بلغم، خون اور گرمی کا اعتدال پیدا ہوتا ہے اور تھکان دور ہوتی ہے۔ جسم خوبصورت بنتا ہے اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ سر میں تیل کی مالش سے دماغ اور آنکھوں میں طراوت آتی ہے، بینائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ بال بڑھتے ہیں اور نیند اچھی آتی ہے۔ ہاتھوں اور تلوؤں کی مالش سے بھی نگاہ تیز ہوتی ہے اور کم خوابی کی شکایت دور ہوتی ہے۔ مالش سارے جسم پر کرنی چاہیئے خصوصا سر، ناف، ہاتھوں اور پاؤں کے تلوؤں پر تیل کی مالش ناک اور کان میں تیل ڈالنا بے حد مفید ہے۔ بخار، کھانسی، دمہ اور قے کے مریض مالش نہ کریں۔

ورلڈ میڈیکل کانفرنس کے صدر رائٹ آنریبل ڈاکٹر سر ولیم اولسر نے اپنی تقریر میں مالش کے متعلق کہا "مالش علم حکمت کی ایک جدا شاخ ہے۔ یہ طریقہ علاج قانون قدرت کے عین مطابق ہے۔ دوسرے علاجوں کی طرح اس میں کوئی بناوٹ نہیں ہے۔ اس لئے اس میں نقصان کا کوئی اندیشہ ہی نہیں، مالش سے یقینا تندرست انسان کو خوبصورتی اور جوانی اور مریض کو تندرستی حاصل ہوتی ہے۔

☆ماں کے دودھ کے فوائداور جدید سائنس:

حدیث شریف = نبی پاک ﷺ نے فرمایا: جب کوئی عورت اپنے بچے کو دودھ پلاتی ہے تو ہر گھونٹ پلانے پر ایسا اجر ملتا ہے کہ جیسے کسی جاندار کو زندہ کر دیا ہو(کنزالعمال)

☆جدید تحقیق:

ماہرین نفسیات کے مطابق ماں جب بچے کو دودھ پلاتی ہے تو غیر محسوس لہریں دودھ کے ساتھ ساتھ منتقل ہوتی رہتی ہیں اور یہی لہریں بچے اور ماں کے درمیان محبت ،خلوص اور احترام کا باعث بنتی ہیں۔سوچنے کی بات ہے کہ بچے کو ماں دودھ نہ پلائے بلکہ مصنوعی دودھ یعنی ڈبے کا دودھ پلائے، خادمہ اور آیا اس بچے کو گود میں لیں اور بچے کی پرورش کریں۔حتیٰ کہ بچہ بڑا ہو کر جوان ہو جائے تو جس بچے نے ماں کے دودھ کی شیرینی اور محبت حاصل نہ کی، جس بچے نے ماں کی گود کا انس اور گرمائش حاصل نہ کی ہو، اس بچے سے ماں کی محبت اور والدین کے احترام کی توقع کیسے کی جاسکتی ہے؟

یورپی بچے صبح بستے لٹکائے بازار سے توس اور برگر لے کر کھاتے جاتے ہیں اور اسکول کے لئے دوڑتے جاتے ہیں۔آج کل بالکل یہی کیفیت پاکستانی

اونچے گھرانوں کی ہوگئی ہے جو ماں بچے کو اپنے ہاتھ سے پکا ہوا ناشتہ نہ کھلا سکے (کیونکہ ناشتے کے ذریعہ محبت اور مروت کی لہریں بچے کے اندر منتقل ہوتی ہیں) وہ اس سے کس طرح احترام، ہمدردی اور خدمت کی توقع کر سکے گی؟

بہرحال ماں کا دودھ بچے کی تندرستی اور صحت کے لئے عظیم نعمت ہے اب تو ریڈیو، ٹی وی، اخبارات وغیرہ بھی چیخ چیخ کر خشک دودھ کی مذمت کر رہے ہیں۔ یاد رکھیں ماں کو قدرت نے دودھ دیا ہوتا ہے۔ ہزاروں میں کم ایسے کیسز ہوتے ہیں کہ ماں کا دودھ کم ہوتا ہے حالانکہ وہ بھی علاج کے ذریعہ درست ہو سکتا ہے۔ باقی تمام عورتیں معالج کے کہنے پر دودھ نہیں پلاتیں حالانکہ یہ بات بھی بہت غلط ہے۔ اس کے علاوہ اکثر عورتیں حسن نسواں کے زوال کے ڈر سے دودھ نہیں پلاتیں، وہ سینے کے کینسر میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔

☆اعلیٰ حضرت فاضل بریلی علیہ الرحمہ کا

دانتوں کی مضبوطی کا وظیفہ اور جدید تحقیق:

اعلیٰ حضرت امام اہل سنت مولانا شاہ احمد رضا خان صاحب فاضل بریلی علیہ الرحمہ فرماتے ہیں کہ جو شخص وتر کی پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ نصر اور دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ لہب اور تیسری رکعت میں سورہ فاتحہ

کے بعد سورہ اخلاص پڑھے گا تو وہ شخص دانتوں کی تمام بیماریوں سے محفوظ ہوجائے گا۔

☆جدید تحقیق:

میرا بھی یہ تجربہ رہا ہے۔ مجھے یہ وظیفہ معلوم نہ تھا۔ایک دن میرے دانتوں میں شدید درد ہوا، مجھے دن میں کسی نے اعلیٰ حضرت فاضل بریلی علیہ الرحمہ کا وظیفہ بتایا۔ میں نے نیت کی کہ رات کوعشاء میں وتر کی رکعتوں میں یہ عمل کرنا ہے۔میں نے وتر کی تین رکعتوں میں یہ عمل کیا۔الحمدللہ سلام پھیرنا تھا کہ سارا درد دور ہوگیا۔آج چھ سال گزر چکے ہیں دانتوں کا درد نہیں ہوا۔

میرے پیر و مرشد حصرت علامہ شاہ تراب الحق قادری صاحب علیہ الرحمہ ایک مرتبہ فرمارہے تھے کہ آج سے کئی برس پہلے میں افریقہ کے تبلیغی دورے پر تھا، میں تنزانیہ گیا۔تنزانیہ افریقہ کا ایک شہر ہے وہاں میری ملاقات ایک ڈینٹسٹ سے ہوئی۔ڈینٹسٹ کے پاس ایک آلہ ہوتا ہے جسے وہ دانتوں پر مار کر بتادیتے ہیں کہ آپ کے دانت کتنے مضبوط ہیں۔چنانچہ اس ڈینٹسٹ نے میرے دانتوں پر آلہ لگا کر کہنے لگا کہ مولانا اس عمر میں آپ کے دانت اتنے مضبوط ہیں۔آپ کیا کھاتے ہیں؟ آپ فرماتے ہیں کہ میں نے اس ڈینٹسٹ سے کہا کہ میرے

شیخ نے مجھے یہ وظیفہ بتایا ہے(یعنی وتر کی نماز والا وظیفہ) جو یہ پڑھے گا،سوسال کی عمر تک گنّا کھائے گا۔اتنے مضبوط دانت ہو جائیں گے۔ڈینٹسٹ نے کہا کہ مجھے یہ وظیفہ لکھ دو۔میں خود بھی اس پر عمل کروں گا۔

دانتوں کی بیماری ایسی ہے کہ آدمی کو اس کا درد نیند حرام کر دیتا ہے۔پاکستان میں اس کا علاج کافی سستا ہے۔امریکہ میں بہت مہنگا علاج ہے۔اس کا اندازہ اس بات سے لگائیں کہ امریکہ والے کہتے ہیں کہ امریکہ میں اس کا علاج اتنا مہنگا ہے کہ جتنی رقم ڈالروں میں امریکہ میں دانتوں کے علاج پر خرچ ہوتی ہے،اس سے کم رقم میں ہم پاکستان میں بھی آ جاتے ہیں،علاج بھی کرواتے ہیں اور رشتہ داروں سے مل کر واپس امریکہ چلے جاتے ہیں پھر بھی رقم بچ جاتی ہے۔اتنا مہنگا علاج ہے"وتر کی نماز والا وظیفہ ضرور اپنائیں،نتیجہ آپ خود دیکھیں گے۔

☆سور کا گوشت حرام اور جدید سائنسی تحقیق:

اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ

ترجمہ:اس نے یہی تم پر حرام کئے ہیں مردار اور خون اور سور کا گوشت

(سورۃ البقرہ،آیت 173 کا کچھ حصہ)

☆جدید تحقیق:

ماہرین کہتے ہیں کہ سور کو وہ تمام بیماریاں لاحق ہوتی ہیں جو انسان کو ہو سکتی

ہیں۔مثلاً اس کی خون کی نالیوں میں چربی آتی ہے۔اسے دل کا دورہ پڑتا ہے، اسے بلڈ پریشر ہوتا ہے اور جس گھر میں سور موجود ہو، یا جو اسے کھائیں، اس کا وجود ان کے لئے ہمہ وقت خطرہ کا باعث یوں ہوگا کہ وہ اپنے گھر والوں کو بیماریاں منتقل کرنے کی اہلیت رکھتا ہے جبکہ گائے، بھینس، بکری اور مرغیوں کی اکثر و بیشتر بیماریاں انسانوں پر اثر انداز نہیں ہوتی ہیں۔ جیسے کہ میری تمام مرغیاں رانی کھیت کی متعدی بیماری سے مرسکتی ہیں لیکن اس کے باوجود میرے اہل خانہ کو کوئی خطرہ نہیں ہوگا۔جبکہ اس قسم کی بیماری سوروں میں پھیل جائے تو ان کو رکھنے والے،کھانے والے محفوظ نہ ہوں گے۔

محترم حضرات! آپ نے دیکھا کہ جس چیز کو اللہ تعالیٰ اور اس کے محبوب ﷺ نے حرام فرمایا،اس کے کس قدر نقصانات ہیں۔یہ تو بالکل مختصر لکھے ہیں۔ ہر مسلمان کو حرام چیزوں سے بچنا چاہیے جس کو اللہ تعالیٰ اور اس کے محبوب ﷺ نے حرام فرمادیا۔

☆مردار خون اور جدید سائنسی تحقیق:

سورۂ بقرہ میں مردار کو بھی حرام قرار دیا گیا ہے یقیناً یہ بھی نقصان اور مضر

صحت ضرور ہوگا۔آیئے دیکھتے ہیں اس کے سائنسی پہلو کیا ہیں؟

مرنے کے بعد جانور کا پوسٹ مارٹم کرنے کے باعث موت کا پتہ چلایا جاسکتا ہے۔بیماری کا پتہ چلنے کے بعد یہ بھی پتہ چل سکتا ہے۔یہ بیماری کھانے کو متاثر کرسکتی ہے یا نہیں؟اس کی مثال مرغی سے لیجئے۔اگر آپ کی مرغی مرجائے تو اسے پہلے کسی ڈاکٹر کے پاس لے جایئے گا جو اس کا پوسٹ مارٹم کرے پھر جسم کے کچھ حصوں کا خوردبینی معائنہ کروایئے۔ان تمام کاموں کے اخراجات اور وقت کو توجہ یں رکھنے کے بعد فیصلہ آسان ہے کہ جانور کسی بیماری سے مرگیا اس کا گوشت کھانا تندرست انسان کے لئے ٹھیک نہیں۔

کسی زندہ جسم سے نکلنے کے بعد خون فوراً جم جاتا ہے۔جم جانے کے بعد جو لوتھڑا بنتا ہے، اس میں موجود لحمیات کو ہضم کرنے والے جوہر انسانی معدہ میں نہیں ہوتے۔بلی، کتا، شیر، چیتا، بھیڑیا وغیرہ خونخوار جانوروں کے جسم میں نہیں ہوتی۔اس لئے اگر کوئی انسان خون پیئے گا تو خون اس کے معدہ میں جا کر جم کر وہاں ہضم کرنے والے جوہروں کو بھی ناکارہ کردے گا۔اس طرح خون نہ صرف یہ کہ خود ہضم نہ ہوگا بلکہ اپنے بعد آنے والی غذا کو بھی ناقابل ہضم بنادے گا۔نظام انہضام کو کچھ عرصے کے لئے خراب کرنے کے بعد جسم آخر کار خون کو باہر نکال دیتا ہے۔عین ممکن ہے کہ اس عمل کے دوران قولنج کی شکایت بھی پیدا ہوجائے۔

☆ جھٹکے کا گوشت اور جدید سائنس:

جھٹکے کا گوشت کسے کہا جاتا ہے؟ باہر ممالک مثلاً یورپی ممالک میں ایک بڑا سا کمرہ ہوتا ہے وہاں وہ لوگ جانوروں کو اکھٹا کرتے ہیں جس طرح گائے ہے۔ وہ لوگ مشینی پٹی لگا دیتے ہیں جس پر کوئی چیز کھڑی کردی جائے تو اسے چلنا نہ پڑے، پٹی خود بخود چلتی ہے۔ اس طرح قطار در قطار جانور آتے ہیں وہاں کونے پر ایک ہتھوڑے کی مانند چیز لگی ہوتی ہے، وہ سیدھی جانور کے سر پر لگتی ہے جس سے جانور فوراً چکرا کر گر جاتا ہے۔ ایک چھری بلیڈ کی مانند لگی ہوتی ہے، جانور کے چکراتے ہی وہاں موجود آدمی بٹن دباتا ہے اور وہ چھری سیدھی گائے یا کسی جانور کی گردن پر لگتی ہے، جس سے جانور کی گردن کٹ جاتی ہے۔

☆ نیو یارک کے یہودی:

میرے پیر و مرشد حضرت علامہ مولانا شاہ تراب الحق قادری صاحب علیہ الرحمہ ایک مرتبہ فرما رہے تھے کہ ہم جب امریکہ کے تبلیغی دورے پر تھے تو ہم نیو یارک کی مارکیٹ کی طرف گئے وہاں ہم نے عجیب بات دیکھی کہ نیو یارک کے یہودی قصاب کی دکان سے گوشت نہیں خریدتے بلکہ مسلمانوں کی دکان سے گوشت خریدتے ہیں۔ معلوم کرنے پر یہ بات سامنے آئی کہ یہودی اپنے

یہودی کہتے ہیں جس طریقے سے مسلمان اپنے جانوروں کی قربانی کرتے ہیں، ذبح کرنے کا یہ طریقہ بالکل درست ہے اور یہودی جو جھٹکے کا گوشت بیچتے ہیں وہ صحت کے لئے نہایت ہی نقصان دہ ہے کیونکہ جانور کے سر میں جب ہتھوڑا الگتا ہے تو اس کی خون کی روانی رک جاتی ہے پھر وہ کاٹتے ہیں تو خون کافی دیر کے بعد نکلتا ہے۔ اس کے نقصان دہ اثرات جانور کے گوشت پر پڑتے ہیں لہذا وہ گوشت کھانا انسانی صحت کے لئے نقصان دہ ہے۔

☆مسلمانوں کے ذبیحہ کی سائنسی حقیقت:

اسلام نے جانوروں کو قابل خوراک بنانے کی بنیادی شرط یہ قرار دی ہے کہ اس کے جسم سے سارا خون باہر نکل جائے۔ عام حالات میں اس غرض کے لئے گردن کے سامنے کی طرف کی چار نالیاں Arteries, Carotid, Jugur, Veins کے ساتھ شہ رگ بھی کاٹ دی جائے۔ اس عمل کی وجہ سے جانور فوراً بے ہوش ہو جاتا ہے۔ دل سے سر کو جانے والی دونوں شریانیں اور رگیں کٹ جانے سے خون تیزی سے نکلتا ہے۔ اب وہ تڑپنے لگتا ہے کیونکہ دماغ کا جسم کے عضلات سے تعلق حرام مغز کی معرفت قائم رہتا ہے۔ جانور کے بازو اور ٹانگیں زور سے ہلتی ہیں تو ان کے آخری کناروں میں رکا ہوا خون بھی وہاں

سے نکل جاتا ہے۔

یورپی ممالک میں مدتوں جانوروں کا جھٹکا کیا جاتا رہا پھر انہوں نے جدید شکل دیتے ہوئے Guillotin بنالی۔ جانور کو کٹہرے پر کھڑا کیا جاتا ہے اور اوپر سے ایک بھاری چھرا گر کر سرتن سے جدا کر دیتا ہے۔ تجربات سے معلوم ہوا کہ مشین سے اس طرح کا ٹا ہوا گوشت جلد خراب ہو جاتا ہے چونکہ خون اس کے اندر رہ جاتا ہے اس لئے پکاتے وقت بد بو دیتا ہے۔

جدید طریقہ سے ذبح کرنے میں جانور کو بے ہوش کرنے کے لئے جو دماغی چوٹ بجلی کے جھٹکے سے لگائی جاتی ہے، وہ اسے جسمانی صدمہ کی کیفیت میں مبتلا کر کے ہستامین کی پیدائش کا باعث بنتا ہے۔ جھٹکے کے گوشت کو کھایا جائے تو نہایت ہی بدمزہ ہوتا ہے۔ یورپ میں حُسنِ ذائقہ رکھنے والے کئی لوگوں کو اسلامی طریقہ سے ذبح کیا ہوا گوشت کھلایا تو انہوں نے اس بات کو تسلیم کیا کہ جو لذت اسلامی طریقہ سے ذبح کرنے میں ہے وہ دوسروں میں نہیں ہے۔ ذبح کرنے کا اسلامی طریقہ جانوروں کے لئے بھی آرام دہ ہے اور کھانے والوں کے لئے بھی لذت دار ہے اور نقصان دہ بھی نہیں ہے۔

☆مریض کی عیادت اور سائنسی انکشافات:

حدیث شریف = حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب تم مریض کے پاس جاؤ تو اس کے لئے درازئ عمر کی دعا کرو۔ اگرچہ اس سے کوئی فائدہ نہیں لیکن مریض کی طبیعت بہل جائے گی (ابن ماجہ جلد اول (مترجم) ابواب الجنائز حدیث نمبر 1498، صفحہ نمبر 414، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے: نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ مریض کی عیادت کرنے والے کے لئے ایک منادی آسمان سے آواز دیتا ہے تو خوش ہو تیرا چلنا بھی مبارک ہے تو نے جنت میں اپنے لئے گھر تیار کرلیا ہے (ابن ماجہ جلد اول (مترجم) ابواب الجنائز حدیث نمبر 1499، صفحہ نمبر 414، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

نیویارک کے اسپتالوں میں ایک عجیب مشاہدہ کیا گیا۔ وہ مریض جو اسپتالوں میں تنہا پڑے رہتے تھے، ان کو بہترین علاج اور نگہداشت کے باوجود پوری طرح فائدہ نہیں ہورہا تھا جن مریضوں کو ملنے والے اور بیمار پرسی کرنے

والے آتے رہتے تھے، ان میں تندرستی کی رفتار دوسروں سے بہتر پائی گئی۔

ان مشاہدات کے بعد نیویارک کے پادریوں نے اسپتالوں میں جانا شروع کردیا۔ وہ مریضوں سے ملتے، ان کی بیماریوں کے بارے میں گفتگو کرتے اور آخر میں ان کے ساتھ مل کر ان کی صحت یابی کے لئے التجا کرتے اور عیادت کرنے والوں کی توجہ پانے والے اکثر لاعلاج مریض بھی شفایاب ہونے لگے۔ امریکی رسالہ ریڈرز ڈائجسٹ نے اس مسئلہ کو روحانیت سے تعبیر کیا اور اس کا کہنا تھا کہ دعا کرنے سے ان کو فائدہ ہوا۔

حقیقت یہ ہے کہ مریض کا ذہن پریشان ہوتا ہے۔ وہ اپنی بیماری کے تفکرات کی وجہ سے کسی بھی ترکیب کو آزمانے کو تیار ہوتا ہے۔ اسلام نے مریض کو ذہنی کیفیت کو سب سے پہلے محسوس کیا اور اس کے بارے میں ایسے مفید مشورے دیئے جن سے مریض کے ذہن کو اطمینان اور سکون میسر آجاتا ہے۔

سرکار دوعالم ﷺ کی برکت سے ہمیں اسلامی طریقے ملے ہیں۔ سرکار دوعالم ﷺ نے بیمار کی عیادت کا بھی حکم دیا اور فرمایا کہ جب کسی مریض کے پاس جاؤ تو اسے ہاتھ کا پچھلا حصہ اس کے سر پر رکھ کر اس کی طبیعت پوچھو۔ مریض جب اپنی عیادت کے لئے کسی کو آتا دیکھتا ہے تو اس کے مرض میں کمی واقع ہوتی ہے۔

☆ بخار کو پانی سے ٹھنڈا کرنا اور سائنسی انکشافات:

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے: نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: بخار جہنم کی تیزی سے ہوتا ہے، اسے پانی سے ٹھنڈا کردیا کرو (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1264 صفحہ نمبر 350 مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

حدیث شریف = حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے۔ نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: بخار جہنم کی بھٹیوں میں سے ایک بھٹی ہے۔ اسے ٹھنڈے پانی سے ٹھنڈا کرو (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1267، صفحہ نمبر 351 مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

احادیث مبارکہ میں بخار کو آگ کی لپیٹ اور جہنم کی پھنکار قرار دیا گیا۔ اس کا علاج کرنے اور اس کو پانی سے ٹھنڈا کرنے کا بھی حکم دیا گیا ہے۔ میرے سرکار دوعالم ﷺ نبی برحق ہونے کے ساتھ طبیب دوعالم بھی ہیں جو بیماری کی پہچان بھی بتاتے ہیں اور اس کا علاج بھی بتاتے ہیں۔

☆ جدید تحقیق:

لوہی کوفی نے ہائیڈروپیتھی کے اصول میں تحریر کیا ہے کہ ”پانی چونکہ عناصر

اربعہ میں سے ہے، اس لئے اس کی انسان سے بہت قریب کی نسبت ہے۔
میرے تجربات میں تمام بخار کے مریض، طاعون کے مریض، گردے اور
اعصاب کے مریضوں کا علاج بھی پانی ہی ہے۔ایسے مریضوں کو پانی میں نہلا یا
جائے، ان پر پانی انڈیلا جائے اور پانی پلایا جائے۔تحقیق ہے کہ پانی ڈالنے
سے مراد ٹھنڈک پہنچانا ہے۔اگر بیمار (بخار والے مریض) کو آپ رضائی میں
پیک کر کے سلا دیں تو وہ بخار کو شدت سے محسوس کرے گا۔آپ بھی ہاتھ لگا کر
چیک کریں گے تو شدید بخار محسوس ہوگا اور اس مریض کو اپنے پنکھے کے نیچے
سلا دیں تو وہ بخار کی شدت میں کمی پائے گا۔

☆کلونجی اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = سالم بن عبداللہ اپنے والد حضرت عبداللہ ابنِ عمر رضی اللہ
عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تم اپنے اوپر
کالے دانوں (کلونجی) کو لازم کر لو کہ ان میں موت کے علاوہ ہر بیماری سے شفاء
ہے (ابن ماجہ (مترجم) جلد دوم، حدیث نمبر 1237، صفحہ نمبر 343 مطبوعہ فرید
بک لاہور)

عربی میں کلونجی کو حبۃ السوداء کہتے ہیں اور فارسی میں سوئیز کہتے ہیں۔سرکار

دو عالم ﷺ نے کلونجی کو سوائے موت کے ہر بیماری سے شفاء قرار دیا ہے۔

☆کلونجی پر جدید تحقیق:

1......کلونجی جسم کے کسی بھی حصے میں واقع رکاوٹ یعنی سدہ کو دور کرتی ہے۔

2......تبخیری مادہ کو خارج کرتی ہے۔

3......معدے کو مضبوط بناتی ہے۔

4......حیض، دودھ اور پیشاب لاتی ہے۔

5......اگر اسے پیس کر سرکہ میں ملا کر کھایا جائے تو پیٹ کے کیڑے مار دیتی ہے۔

6......اگر کلونجی کا تیل نکال کر گنج پر لگایا جائے تو بال اگتے ہیں اور بال جلد سفید نہیں ہوتے۔

7...... پرانے زکام میں مفید ہے۔اس کو گرم کر کے سونگھنا بھی زکام میں مفید ہے۔

8......کلونجی کا دھواں سانس کی تکالیف دور کرتا ہے۔

9......روٹی کے ساتھ کھائیں تو پیٹ میں ہوا نہیں بھرتی۔زکام، فالج، لقوہ، بھولنے کی بیماری، چکر اور گھبراہٹ وغیرہ دور ہوجاتے ہیں۔

10......سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہوتو کلونجی اُسے فائدہ ہوتا ہے۔

11......کلونجی کو پانی میں پکا کر شہد میں ملا کر پینے سے مثانے کی پتھری نکل جاتی ہے۔اسے نہار منہ روغن زیتون کے ساتھ کھایا جائے تو چہرے کا رنگ لال ہوجاتا ہے۔

☆فقیر کا تجربہ:

الحمدللہ! میرا تجربہ ہے۔میں صبح اٹھ کر روزانہ چار یا پانچ کلونجی کے دانے پانی کے ساتھ نگل لیتا ہوں۔میرا یہ مشاہدہ ہے کہ کئی بیماریاں بغیر کسی دوا سے یا علاج سے صرف کلونجی کی وجہ سے دور ہوگئیں اور اس کی شفاء کی برکت میں نے محسوس کی ہے۔کلونجی میں جو ہے سو ہے مگر اصل اثر تو سرکار دو عالم ﷺ کی زبان مبارک میں ہے۔آپ ﷺ کی زبان حق ترجمان سے نکلے اتنے جملے کافی ہیں کہ کلونجی میں موت کے سوا ہر بیماری سے شفاء ہے۔

☆دودھ پینے کی سنت اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا۔رسول پاک ﷺ کے پاس جب دودھ لایا جاتا تو فرماتے (اس میں) ایک برکت ہے یا دو برکتیں

ہیں (ابن ماجہ، جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1110، باب اللبن صفحہ نمبر 312، مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

حدیث شریف = حضرت ملکیہ بنت عمرو رضی اللہ عنہا روایت فرماتی ہیں کہ سرکار دو عالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ گائے کی دودھ میں شفاء ہے اس کا مکھن دوا ہے اور اس کا گوشت بیماری ہے (طبرانی شریف)

☆جدید تحقیق:

دودھ کے پینے سے مندرجہ ذیل فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

1......بکری کا دودھ لطیف اور معتدل ہوتا ہے اور امراض دق وسل میں مفید ہوتا ہے جبکہ گائے کا دودھ اپنے فائدے کے لحاظ سے یکتا ہے کیونکہ اس میں اکثر بیماریوں سے شفاء ہے۔

2......دودھ وہی ٹھیک ہے جو براہ راست جانور سے حاصل کیا جائے یا اسے دوہے ہوئے عرصہ نہ گزرا ہو، پیٹ کے زخم بھرتا ہے اور امراض سینہ کے لئے مفید ہے۔

اس میں اگر چینی کے بجائے شہد ملا کر پیا جائے تو یہ بہترین غذا، ذہنی پریشانی کا علاج، ساتھ ہی منہ اور پیٹ کے زخموں کا بہترین علاج ہے۔

3......دودھ پینے کا صحیح وقت خالی پیٹ ہے۔ دودھ پینے کے فورا بعد چہل قدمی کرنا یا سوجانا یہ ہاضمے کو خراب کرتا ہے۔

4......بڑی عمر کے لوگوں کے لئے دودھ میں شہد ملا کر پینا زیادہ مفید ہے کیونکہ اس طرح تبخیر پیدا نہیں ہوتا۔

☆کدواور جدید تحقیق:

کدوایک عام سبزی ہے۔ ہر سبزی کی طرح جو کہ پوری دنیا میں کاشت کی جاتی ہے۔اس کا بے مثال ہونا اس لئے ہے کہ اسے سرکار دوعالم ﷺ نے پسند فرمایا۔

حدیث شریف = حضرت وائلہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تمہارے لئے کدو موجود ہے کہ دماغ کو بڑھاتا ہے۔مزید تمہارے لئے مسور کی دال ہے جسے کم از کم ستر پیغمبروں کی زبان پر لگنے کا شرف حاصل ہے(بحوالہ طبرانی شریف)

حدیث شریف = حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ کدو سے محبت فرماتے تھے (ابن ماجہ شریف، جلد دوم، (مترجم)باب الدباء، حدیث نمبر 1091، صفحہ نمبر 308، مطبوعہ فرید بک اسٹال

لاہور)

☆کدو کے متعلق جدید تحقیق:

کدو کی فوائد جن کا تحقیقی جائزہ لیا گیا ہے، وہ مندرجہ ذیل ہیں:

1......کدو ایک ہلکی غذا ہے جو خود جلدی ہضم ہوتا ہے اور اس دوران کسی قسم کی مشکل پیدا نہیں کرتا۔ خود جلدی ہضم ہونے کے ساتھ دوسری غذاؤں کو ہضم کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔

2...... بخار کے مریضوں کے لئے بے حد مفید ہے بخار کے مریضوں کو آرام اور سکون مہیا کرتا ہے۔

3......کدو کے چھلکے کا پانی نچوڑ کر عرق گلاب میں ملا کر کان میں ڈالنے سے وہاں کے ورم کم ہو جاتے ہیں۔ یہ نسخہ آنکھوں کی سوزش میں بھی مفید ہے۔

4......کدو کا پانی جوڑوں پر ملنے سے درد میں آرام ملتا ہے۔

5......کدو پیاس بجھاتا ہے۔ جگر کی گرمی اور صفرا کو دور کرتا ہے۔ پیشاب لاتا ہے، پیٹ کو نرم کرتا ہے۔

6......کدو کے پانی کی کُلیاں کرنے سے مسوڑھوں کا ورم جاتا رہتا ہے۔ کدو کا چھلکا پیس کر کھانے سے آنتوں اور بواسیر سے آنے والا خون بند ہوجاتا

ہے۔

☆چقندر کے فوائد اور جدید سائنس:

حدیث شریف = حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ہم جمعہ کے دن بہت خوشی محسوس کرتے تھے کیونکہ اس روز ایک بڑھیا آتی تھی، جو ہنڈیا میں چقندر کی جڑیں اور جوَ ڈال کر ان کو خوب پکا کر لاتی۔ اس میں خدا کی قسم نہ تو چربی ہوتی تھی نہ چکنائی۔ ہم جمعہ پڑھ کر اس کے پاس جاتے، اسے سلام کرتے اور وہ بڑھیا اپنا پکوان ہمارے آگے رکھتی اور ہم اسے کھانے کی خوشی میں جمعے کے دن مسرور رہتے (بخاری شریف جلد سوم، (مترجم) کتاب الاطمعة، حدیث نمبر 368، صفحہ نمبر 207، مطبوعہ شبیر برادرز لاہور)

یہ خاتون چقندر اور جو کی دیگ پکا کر ہریسہ کی مانند گھوٹ کر مسجد نبوی ﷺ کے دروازے پر فروخت کرتی تھی۔

☆جدید تحقیق:

چقندر کے فوائد کے متعلق جدید تحقیق مندرجہ ذیل ہے۔

1...... چقندر اگرچہ ٹھنڈک رکھتا ہے مگر ایسی کہ جسم کو ناگوار نہیں گزرتی۔

2......جسم کے سدے کھولتا ہے، اکیزیما اور پتھری میں مفید ہے۔

3......چقندر کاٹ کر سر پر ملنے سے گرتے بال رک جاتے ہیں۔

4......اسے پکا کر اور پانی میں گھوٹ کر لگانے سے سر کی جوئیں مر جاتی ہیں۔

5......چقندر کے پانی کو شہد کے ساتھ ملا کر پیا جائے تو بڑھتی ہوئی تلی کو کم کرتا ہے اور جگر میں پیدا ہونے والی رکاوٹوں کو دور کرتا ہے۔

6......چقندر کے پتوں کا پانی نکال کر اس سے کلی کرنا یا اسے مسوڑھوں پر ملنے سے دانتوں کا درد دور ہوجاتا ہے۔بعض طبیبوں کا خیال ہے کہ ایسا کرنے سے آئندہ دانتوں کا درد جاتا رہے گا۔

7......بال کم ہوں تو چقندر کے پانی سے دھونا مفید ہے اور چقندر دستوں کو بند کردیتا ہے۔

☆کھیلوں کے نقصانات اور تحقیق:

اسلام قید کا مذہب نہیں ہے اور نہ سختی کا مذہب ہے بلکہ اسلام پابندی کا مذہب ہے۔اُمّت جب بھی ان پابندیوں کو اپنے اوپر لاگو کر کے زندگی گزارے گی، وہ خوشحال اور کامران اور ترقی کی منازل طے کرتی چلی جائے گی۔لیکن آج ہم نے صحت وتندرستی، تفریح کو حاصل کرنے کے لئے جس انداز کی کوشش اور

کھیلوں کا انتخاب کیا ہے، اس قسم کے کھیلوں میں پڑے رہنا یہ بھی منع ہے۔
چنانچہ قرآن مجید میں ارشاد ہوتا ہے جس کا ترجمہ کچھ یوں ہے۔

القرآن: (ترجمہ) اور کچھ لوگ کھیل کی باتیں خریدتے ہیں اور اللہ تعالیٰ کی راہ سے بہکادیں بے سمجھے اور اسے ہنسی بنالیں، تو ان کے لئے اللہ کا عذاب ہے۔
(سورۂ لقمان، آیت 6)

کہتے ہیں جو آدمی کو نیکی اور کام کی بات سے غفلت میں ڈالے۔ ان میں تمام کھیلوں سے بچنے کا حکم ہے جن میں خصوصا فٹ بال، اسنوکر اور کیرم بورڈ شامل ہیں جو کہ سخت حرام ہیں۔

☆ ڈاکٹر ایڈمن کی وارننگ:

میرے خیال میں جتنی عریانی اور فحاشی جیم خانوں اور کلبوں نے پھیلائی، موجودہ کھیلوں کے نظام نے اتنی فحاشی نہ پھیلائی حتیّٰ کہ برص لا علاج امراض کو پھیلانے کے لئے کھلاڑیوں نے بہت بڑا کام کیا۔ اگر ہم چاہتے ہیں کہ کھیلوں کے نظام سے پھیلنے والی بیماریوں کا قلع قمع کیا جائے تو اس کا واحد حل ہے کہ ایسے کھیلوں کو اختیار کیا جائے جو یا تو اندرون خانہ ہوں یا پھر ان کھیلوں میں کھلاڑیوں کے بدن ڈھکے ہوئے ہوں۔

حدیث شریف = حضرت علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ کا ارشاد ہے: ''اے علی رضی اللہ عنہ! اپنی ران دوسروں کے سامنے ظاہر نہ کرو اور کسی زندہ یا مردہ کی ران کی طرف نہ دیکھو'' (مشکوٰۃ شریف)

☆ جدید تحقیق:

آج کل ہمارے یہاں جو کھیل ہیں مثلاً فٹ بال، ہاکی، ٹیبل ٹینس اور کُشتی وغیرہ کھیلوں میں ناف سے لے کر گھٹنے تک کا حصہ نظر آتا ہے جو کسی صورت حلال نہیں ہے۔ مرد تو مرد ہیں۔ آج کل عورتوں نے بھی ان کھیلوں میں حصہ لینا شروع کر دیا ہے۔ یہ لوگ اس کھیل میں حصہ لے کر گنہگار ہوتے ہیں اور عوام ان کھیلوں کو دیکھ کر گنہگار ہوتی ہے۔ کیونکہ گھٹنے ستر عورت کے زمرے میں آتے ہیں۔ اس لئے عوام بھی حرام کی مرتکب ہوتی ہے۔

اسی طرح ویڈیو گیم اور کیرم بورڈ بھی حرام ہے۔ کراچی کے دارالعلوم امجدیہ نے حال ہی میں ویڈیو گیم، اسنوکر، فٹ بال اور کیرم بورڈ کھیلنے اور دیکھنے پر حرام کا فتویٰ دیا ہے۔ جو حضرات اپنی دکانوں پر یہ سلسلے کرتے ہیں، ان کی بھی کمائی حرام ہے۔ اس لئے کہ جتنے لوگ یہ گناہ کرتے ہیں آپ ان سب کا سبب ہیں لہٰذا آپ بھی گناہگار ہوں گے اور کوشش کریں کہ اس کاروبار کو بند کر دیا جائے۔

ویڈیو گیم اس لئے منع ہے کہ اس میں تصویریں ہوتی ہیں۔تاش پتے بھی کھیلنا منع ہے۔اس میں بھی تصویریں ہوتی ہیں۔ جوئے کے علاوہ ٹائم پاس کرنے کے لئے کھیلنا بھی گناہ ہے۔والدین کو چاہیئے کہ وہ اپنی اولاد کو ان کھیلوں سے روکیں۔اولاد کو ان کاموں سے روکنا والدین کی ذمہ داری ہے کیونکہ اس کا بہت برا اثر بچوں پر پڑتا ہے۔ساتھ ہی ان کی آنکھیں بھی چھوٹی سی عمر میں خراب ہوجاتی ہیں۔

کفار ومشرکین اس قدر چالاک اور مکار ہیں کہ انہوں نے مسلمانوں کو ان کاموں میں لگادیا ہے۔امریکہ اتنا بڑا ملک ہے مگر اس کی کوئی کرکٹ ٹیم نہیں ہے۔ان بدمذہبوں نے مسلمانوں کو ان کاموں میں الجھا کر عبادت و اطاعت سے دور کردیا ہے مگر بڑے افسوس کی بات ہے کہ مسلمانوں کو نہ جانے کب عقل آئے گی؟

☆انٹرنیٹ کی تباہ کاریاں اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت بریدہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو لوگ عہد کو توڑیں گے، آپس میں قتل کے واقعات ہونے لگیں گے اور جس قوم میں فحش کام ہونے لگیں گے تو اللہ تعالیٰ ان

پر موت کو مسلط کر دے گا اور جو لوگ زکوٰۃ روک لیں گے ان سے بارش روک لی جائے گی (حاکم)

☆انٹرنیٹ کی تباہ کاریاں:

انٹرنیٹ جہاں تبلیغ واشاعت کا ذریعہ ہے وہاں بے حیائی بھی اس میں کوٹ کوٹ کر بھری ہوئی ہے۔ یوں سمجھ لیجئے کہ ایک چاقو سے پھل فروٹ کاٹے جاتے ہیں اور مریض کے مرہم کا بھی کام لیا جاسکتا ہے۔اسی طرح اس کو غلط کام میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔اس سے قتل وغارت گری بھی کی جاسکتی ہے،لیکن بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ اس انٹرنیٹ سے اچھے کام کم اور برے کام زیادہ ہوتے ہیں۔نوجوان نسل کو تباہی کے راستے پر دھکیل دیا گیا ہے۔

☆انٹرنیٹ کیفے یا تباہی کا دروازہ:

☆جدید تحقیق:

انٹرنیٹ سے تباہی وبربادی پھیلانے میں اہم کردار کیفے کا ہے۔ ہر علاقے میں تین تین چار چار کیفے کھل چکے ہیں۔حال ہی میں ٹی وی نیوز کی رپورٹ جو کہ ایک سروے رپورٹ تھی،اس میں بتایا گیا کہ نوجوان بیس یا تیس روپے دے کر روزانہ کیفے میں بیٹھے ہوئے ہوتے ہیں،وہاں وہ چیٹنگ کرتے یں۔لڑکا لڑکی

بن کر بات کرتا ہے اسی طرح لڑکی لڑکا بن کر بات کرتی ہے۔ کئی کئی گھنٹوں تک یہ سلسلہ جاری ہوتا ہے۔ آخرکار ایسی چیٹنگ میں نوبت شادی تک بھی پہنچ جاتی ہے۔

اس میں صرف اور صرف الفاظوں والی محبت ہوتی ہے۔ کسی کو کیا معلوم کہ سامنے والا کون ہے اور کیا ہے۔ یہ ایک نشہ ہے جس کو لگ جائے، وہ بڑی مشکل سے چھوڑ پاتا ہے۔

☆ دوسری تحقیقی رپورٹ:

دوسری جانب اسی انٹرنیٹ سے نوجوان فحاشی اور عریانی کی طرف مائل ہوتے ہیں۔ بے حیا اور بے ہودہ تصاویر جس میں لباس کا کوئی تصور ہی نہیں ہوتا، نوجوان اسے دیکھتے ہیں۔ اس ویب سائٹ میں بے ہودہ قسم کے ناچ اور عریانیت عام ہوتی ہے۔ لاکھوں ایسے نوجوان لڑکے اور نوجوان لڑکیاں اس کام میں مبتلا ہیں۔ یہ بھی ایک اسیا نشہ ہے جو بہت مشکل سے چھوٹتا ہے۔ یہی چیز شہوت پرستی اور زنا کافی کی طرف مائل کرتی ہے۔ پانچ سالوں کے اندر اس بے حیا سائٹ نے جو تباہی مچائی ہے وہ سو سال میں کوئی نہیں مچا سکا۔ یہ یہود و نصاریٰ کی بھیانک چال ہے جو کہ مسلمانوں کو خراب اور بے حیا بنانے کے لئے استعمال

کی جارہی ہے۔ آج یہود و نصاریٰ کامیاب ہیں۔ مسلمانوں کو عقل کب آئے گی؟

تحقیقی رپورٹ میں والدین پر زور دیا گیا ہے کہ وہ اپنی اولاد کا خیال رکھیں کہ لڑکا اور لڑکی کہاں جارہے ہیں اور اپنی اولاد پر نظر رکھی جائے۔ یہ دور بڑا نازک دور ہے۔ بگڑنے میں دیر بھی نہیں لگتی پھر ایسا نہ ہو کہ بعد میں والدین کو اپنی اولاد کے کئے پر پچھتاوا ہو اور پھر رونے کے سوا کوئی چارہ نہ ہو۔

☆ظالموں پر اللہ تعالیٰ کا عذاب اور جدید تحقیق:

قرآن مجید فرقان حمید میں ارشاد ہوتا ہے کہ "اور ایسی ہی پکڑ ہے تیرے رب (جل جلالہ) کی جب بستیوں کو پکڑتا ہے ان کے ظلم پر، بے شک اس کی پکڑ دردناک ہے کڑی ہے" (سورۃ ہود، آیت 102)

☆جدید تحقیقی انکشافات:

1......Misless Isipi River میں ہر سال سیلاب آتا ہے۔ پانی کا زیادہ سے زیادہ اخراج ڈیڑھ لاکھ کیوسک تک پہنچتا ہے۔ گزشتہ سال سیلاب آیا تو پانی کا اخراج سات لاکھ کیوسک تک پہنچ گیا۔ جتنے پل اور ڈیم بنے ہوئے تھے، پانی ان کے نیچے کے بجائے اوپر سے گزرنے لگا۔ سات ریاستیں زیر

آب آ گئیں۔30 ملین ڈالر کا نقصان ہوا۔

2...... امریکی ریاست ٹیکساس میں نارپیڈو آیا جس کی طاقت 10 نائیٹروجن بموں سے زیادہ تھی، اس نے مکانوں کی چھتوں کو اڑا کر رکھ دیا۔ کاروں کو اٹھا کر پٹخ دیا، چند لمحوں میں خوبصورت آبادیاں کھنڈرات میں تبدیل ہوگئیں۔ کئی بلین ڈالرز کا نقصان ہوا، نام نہاد سپر پاور محو حیرت رہ گیا۔

3...... امریکی ریاست کیلی فوریا کے شہر لاس اینجلس میں تاریخ کا عبرتناک زلزلہ جنوری 1994ء کو رات چار بجے آیا۔ یہ سترہ جنوری کی وہی رات ہے جب امریکہ نے بغداد شریف کے مقدس مقامات پر بم گرائے تھے۔ زلزلے کے نقصانات عجیب تھے۔

4...... وقت سے پہلے زلزلے کی اطلاع پانے والے آلات خاموش تھے چونکہ زلزلے کا مرکز سطح زمین سے 9 کلومیٹر نیچے تھا۔ انجینئرنگ کے نقطہ نظر سے اس زلزلے کی Fault Probabity on in ten thousend تھی۔

انجینئر مطمئن تھے کہ یہ زلزلہ کبھی نہیں آئے گا۔ جب آ گیا تو آنکھیں کھلی کی کھلی رہ گئیں۔ سپر پاور کی ٹیکنالوجی دھری کی دھری رہ گئی۔

☆مسور کی دال اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت وائلہ رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ نے فرمایا: تمہارے لئے کدو موجود ہے۔ یہ دماغ کی صلاحیت بڑھاتا ہے اور تمہارے لئے مسور کی دال موجود ہے جس کی تعریف کم از کم ستر انبیاء کرام علیہم السلام کی زبان مبارک پر رہی۔ (طبرانی شریف)

☆جدید تحقیق:

مسور اور چقندر ملا کر پکانے سے جسم کو عمدہ غذا ملتی ہے۔اس میں پودینہ ڈالنا بہتر ہے۔مسور کو اگر خشک مچھلی کے ساتھ کھایا جائے تو بہترین غذا ہے

مسور کی دال کو گھی اور دودھ میں ملا کر چہرے پر ملنے سے جلد چمکدار ہوتی ہے۔اسے گرم پانی میں گھوٹ کر لگانے سے پیروں کی جلن دور ہوتی ہے۔مسور اور خربوزے کے بیج دودھ میں پیس کر بدن پر ملنے سے جلد صحت مند نظر آتی ہے۔

☆جو کا کھانا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا کہ حضور ﷺ کے

گھر والوں نے حضور ﷺ کے وصال تک جو کی روٹی شکم سیر ہو کر (پیٹ بھر کر) نہیں کھائی تھی (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1135، صفحہ نمبر 319، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ نبی پاک ﷺ کئی کئی راتیں پے در پے فاقوں سے گزارتے اور آپ ﷺ کے گھر والوں کو رات کا کھانا بھی میسر نہ آتا اور اس وقت عام لوگوں کی غذا جو کی روٹی تھی (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1136، صفحہ نمبر 319، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

پیشاب میں خون اور پیپ کے مریضوں میں وجہ جو کوئی بھی ہو، مناسب علاج کے ساتھ جو کا پانی اگر شہد میں ڈال کر پلایا جائے تو یہ تکلیف پندرہ دن میں ختم ہو جاتی ہے۔ بعض دفعہ یہی طریقہ علاج پتھری نکالنے کا باعث بھی ہوا۔

1...... پرانی قبض کیلئے جَو کے دلیے سے بہتر کوئی دوائی دیکھی نہ گئی۔

2......خون کی کولیسٹرول کو کم کرنے کے لئے جو کے دلیے سے کوئی دوائی مفید نہیں۔

3......جو کا دلیہ کھانے سے خون کا کولیسٹرول لیول کم ہو جاتا ہے۔

4......امریکی رسالہ ریڈرز ڈائجسٹ کے پچھلے مشاہدات پر مبنی ایک طویل مضمون میں بتایا گیا ہے کہ جو کا دلیہ کھانے سے دل کے دورہ کا خدشہ کم ہو جاتا ہے اور خون کا کولیسٹرول لیول بھی کم ہو جاتا ہے۔

5......اعصابی دردوں، ورم، سوزشوں اور خارش کی مختلف اقسام میں جو کے استعمال کو مفید بتایا گیا ہے۔ جو کا آٹا سرکہ میں گوندھ کر ہر قسم کی خارش میں لگانا مفید ہے۔ سر کی پھپھوندی کو دور کرتا ہے۔ جو کے آٹے کو شہد کے پانی میں گوندھ کر لیپ کریں تو بلغم اور ورم تحلیل ہوتے ہیں۔

6......جو اور گیہوں کی بھوسی کو پانی میں ابال کر اس پانی سے کلیاں کریں تو دانت کا درد جاتا رہتا ہے۔

7...... جو بدن کو مضبوط کرتا ہے، چونکہ یہ جلدی ہضم ہوتا ہے اس لئے کمزوری اور بدہضمی کے مریضوں کے لئے غذا اور دوا ہے۔

جو کی سب سے بڑی برکت یہ ہے کہ اسے سرکار دو عالم ﷺ نے پسند فرمایا اور اس آٹے کو سرکار دو عالم ﷺ کی زبان مبارک سے لگنے کا شرف حاصل ہے۔

☆سرکہ اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کا بیان ہے کہ نبی پاک ﷺ نے فرمایا: سرکہ بہترین سالن ہے (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1105، صفحہ نمبر 311، مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

حدیث شریف = حضرت ام سعد نے فرمایا کہ وہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس گئیں۔ اتنے میں نبی پاک ﷺ تشریف لے آئے اور آ کر دریافت کیا کہ کچھ کھانے کو ہے؟ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے جواب دیا: کچھ روٹی کھجور اور سرکہ ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: سرکہ بہترین سالن ہے۔ اے اللہ! سرکہ میں برکت عطا فرما کیونکہ یہ مجھ سے پہلے انبیاء کا سالن تھا اور جس گھر میں سرکہ ہو، اسے سالن کی ضرورت نہیں ہے۔ (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1107، صفحہ نمبر 311، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆جدید تحقیق:

1 ......سرکہ ٹھنڈک اور حرارت کا ایک حسین امتزاج ہے۔ یہ جسم سے فاسد مادوں کو نکالتا ہے اور طبیعت کو فرحت بخشتا ہے۔

2......سرکہ معدے کے النیاب کو دور کرتا ہے۔

3......جسم سے زہریلی ادویہ کے اثر کو دور کرتا ہے۔

4......پتہ سے صفرا کے نکلنے کی رفتار کو اعتدال پر لاتا ہے۔

5......جسم کے کسی حصے میں اگر خون جم جائے تو یہ اسے حل کر کے پھر سے سیال بنا دیتا ہے۔

6......بچے والی عورت کا اگر خون رک جائے تو سرکہ کے لیپ اور سرکہ پینے سے جاری ہو جاتا ہے۔

7......پیاس کو بجھاتا ہے اور پیٹ کو چھوٹا کرتا ہے۔

8......تلی کے بڑھنے کو روکتا ہے، جسم میں ورم کی پیدائش کو روکتا ہے۔

9......خوراک کو ہضم کرتا ہے، خون کو صاف کرتا ہے اور پھوڑے اور پھنسیوں کو دور کرتا ہے۔

10......سرکہ کو گرم کر کے اگر اس میں نمک ڈال کر پیا جائے تو یہ منہ کی غلاظت کو دور کرتا ہے، حلق میں تلخی، جلن اور بوجھ کو دور کرتا ہے۔ گلے کی رکاوٹ کو دور کرتا ہے اور وہ لوگ جن کو سینے میں بوجھ کی کیفیت محسوس ہوتی ہے، ان کو اس سے فائدہ دیتا ہے۔

گلے کے اندر لٹکنے والے کوے کی سوزش، حساسیت اور اس کے ٹیڑھا پن میں مفید ہے۔ گرم سرکہ کا غرارہ کرنے سے دانت کا درد ٹھیک ہو جاتا ہے اور

مسوڑھوں کو مضبوط کرتا ہے، چہرے کو جاذب نظر بناتا ہے۔موسم سرما میں اس کا پینا جسم کی حدت کو کم کرکے طبیعت کو مطمئن کرتا ہے۔سرکہ گنے کا رس، چقندر، جامن، انگور، کشمش، میوہ، تاڑی، گندم، جو، کھانڈ کی راب اور دوسرے پھلوں سے تیار ہوتی ہے۔ یہ تو معلوم نہیں ہوسکا کہ انسان کب سے سرکہ بنارہا ہے مگر زمانہ قدیم سے اس کا ذکر کتابوں میں موجود ہے۔تاریخ کے ہر دور میں اسے غذا اور دوا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔

☆کھجور کے فوائد اور تحقیق:

حدیث شریف = حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس گھر میں کھجور نہ ہو، وہ گھر والے بھوکے ہیں (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) باب التمر ، حدیث نمبر 1116،صفحہ نمبر 313، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول پاک ﷺ کی خدمت میں پرانی کھجوریں لائی گئیں۔آپ ان میں سے عمدہ عمدہ چھانٹ کر کھاتے تھے(ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) باب تفتیش التمر ، حدیث 1122،صفحہ نمبر 315،مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف = حضرت سہل رضی اللہ عنہ نے فرمایا: نبی پاک ﷺ تربوز کے ساتھ تر کھجوریں کھاتے تھے (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 115، صفحہ نمبر 313، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ جدید تحقیق:

1...... کھجور کھانا قوت کا باعث ہے

2...... کھجور جگر کو طاقت دیتی ہے۔

3...... ویدک طب میں یہ منہ کی خشکی دور کرنے میں اکسیر ہے۔

4...... کھجور کی گٹھلی جلا کر دانتوں پر ملی جائے تو منہ کی تعفن کو دور کرتی ہے۔ دانتوں سے میل اتارتی ہے، جہاں سے بھی خون بہتا ہے اس کی راکھ لگانے سے بند ہو جاتا ہے۔ زخموں کو صاف کر دیتی ہے۔

5...... بھارتی ادارے طب نے کھجور کو اعصاب باہ اور جسم کو تقویت دینے والا قرار دیا ہے۔ اس کو دودھ میں پکا کر استعمال کرنا زیادہ مفید ہے۔

☆ مچھلی کی غذائیت اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = حضرت جابر رضی اللہ عنہ کا بیان ہے کہ رسول رحمت ﷺ نے ارشاد فرمایا: جسے دریا پھینک دے یا پانی خشک ہونے کی وجہ سے مچھلی

مرجائے تو اسے کھالو اور جو پانی میں خود مرجائے اور تیر کر اوپر آجائے، اسے نہ کھاؤ (ابن ماجہ جلد دوم (مترجم) حدیث نمبر 1035، صفحہ نمبر 293، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ مچھلی کے فوائد اور جدید تحقیق:

مچھلی کی قسمیں بے شمار ہیں۔ ان میں سے بہترین وہ ہیں جن کا ذائقہ اچھا لگے۔ مقدار خوراک زیادہ نہ ہو۔ اس کی جلد موٹی نہ ہو۔ گوشت نہ تو زیادہ چکنا ہو اور نہ ہی باسی ہو۔ اچھی مچھلی وہ ہے جو صاف اور چلتے ہوئے پانی میں ہو۔ اس کی خوراک آبی نباتات پر مشتمل ہو۔ جس دریا سے مچھلی پکڑی جائے وہ ایسا ہو کہ اس میں پتھر اور ریت ہوں، اس دریا کے پانی پر کھلی دھوپ پڑتی ہو۔ اس کا پانی رواں ہو یا اس میں موجیں اٹھتی رہتی ہوں۔

سمندری مچھلی میں عمدہ غذائیت ہوتی ہے۔ اس کے تاثیر سرد لیکن زود ہضم، بلغم پیدا کرتی ہے۔ گرم مزاجوں کی اصلاح کرتی ہے، نمکین پانی کی مچھلیاں اپنے تاثرات میں فضیلت رکھتی ہیں۔ اس کے علاوہ مچھلی کی خصوصیات مندرجہ ذیل ہیں۔

1......مچھلی جسم کو فربہ کرتی ہے، مقوی ہے اور دودھ بڑھاتی ہے۔

2......سل، دق، خشک کھانسی اور ضعف گردن میں مفید ہے۔

3......مچھلی کھانے یا اس کا شوربہ پینے سے کئی زہریلے جانوروں کے زہر کا اثر زائل ہو جاتا ہے۔

4......اس کے کھانے کے بعد پیاس بہت لگتی ہے۔اس کو رفع کرنے کے لئے سرکہ کی سکنجبین یا تھوڑی سی سونٹھ کا استعمال بہت مفید ہے۔

5......جس مچھلی میں چھوٹے چھوٹے کانٹے ہوں، اس میں غذائیت کم اور مضرت زیادہ ہوتی ہے۔

6......خالی مچھلی جلد ہضم ہوتی ہے۔روٹی ساتھ ہو تو دیر لگ جاتی ہے۔مچھلی کے کباب اگر کوئلوں پر سینک کر بنائے جائیں تو بہت مفید ہیں۔

7......جس مچھلی کو بیسن لگا کر تلا گیا ہو، اس کو اگلے دن کھانے سے اس کی غذائیت خراب اور وہ پیٹ کے لئے نقصان دہ ہوتی ہے۔

8......چشموں کی مچھلی امراض چشم میں بہت مفید ہے۔اس کو مسلسل کھانے سے بال سیاہ ہو سکتے ہیں۔

علماء اور مشائخ فرماتے ہیں کہ مچھلی کے بعد دودھ نہیں پینا چاہیے حالانکہ ڈاکٹر اور سائنسی ماہرین اس کی اجازت دیتے ہیں مگر احتیاطاً مچھلی کے بعد دودھ پینے سے بچا جائے۔ہمارے قطب مدینہ شیخ عرب وعجم حضرت علامہ مولانا ضیاء الدین صاحب مدنی علیہ الرحمہ مچھلی کے بعد دودھ پینے سے منع فرماتے تھے۔

الغرض کہ مچھلی جنت کی غذا ہے۔اس کے بے شمار فوائد ہیں۔

☆محبت کی شادیاں اور سائنسی انکشافات:

اسلام میں کسی غیر محرم لڑکی کے ساتھ بے تکلفی کے ساتھ گفتگو، اس کے ساتھ بیٹھنا، ہاتھ ملانا، مذاق مستیاں کرنا، پھرنا اس کو سخت منع کیا گیا ہے۔اسلام جب ان چیزوں سے روکتا ہے تو پھر عشق ومحبت کی اجازت کیسے دے سکتا ہے؟

اسلام Love میرج کی اجازت نہیں دیتا۔اسلام ایسا پیارا مذہب ہے کہ وہ کسی غیر محرم کی طرف دیکھنے کی بھی اجازت نہیں دیتا۔اگر اتفاقاً پہلی نظر اٹھ گئی تو پھر فوراً نگاہوں کو نیچے کرلیا جائے۔آج کل لوگ لڑکیوں کو دیکھتے ہیں۔ہم ان سے کہیں گے کہ بھائی یہ گناہ ہے۔تو سامنے والا فوراً شیطانی جواب دے گا کہ اللہ تعالیٰ نے جب اتنی اچھی چیز پیدا کی ہے تو اسے دیکھ کر اس کی تعریف کرتے ہیں۔میں نے کئی لوگوں سے یہ سنا اور پھر میں نے کہا کہ اگر یہی بات تمہاری بہن کو دیکھ کر کوئی کہے تو تم کیا کرو گے؟ وہ فوراً غصہ میں آیا اور کہنے لگا کہ اس ذلیل آدمی کی آنکھیں پھوڑ دوں گا۔میں نے کہا کہ جسے تم دیکھ رہے ہو، وہ بھی تو کسی کی بہن ہوگی یا نہیں۔اس کے علاوہ محبت کی شادیوں میں منگنی کے بعد گھوما جاتا ہے حالانکہ منگنی کی بھی کوئی شرعی حیثیت نہیں تاوقتیکہ نکاح نہ ہوجائے۔وہ لڑکی اس

کے لئے غیر ہے،لوگ اس بات کو نہیں مانتے،اس کا وبال پڑھیئے۔

☆ایک عجیب وغریب واقعہ:

چندسال قبل کھارادر کراچی میں ایک نوجوان لڑکی نے اپنی بلڈنگ سے چھلانگ مارکر خودکشی کرلی۔معلوم کیا گیا تو پتہ چلا کہ اس کی ایک لڑکے سے منگنی ہوئی تھی۔منگنی کے بعد جیسا کہ آج کل رواج ہے کہ منگنی کے بعد منگیتر کو گھمایا جاتا ہے چنانچہ وہ دونوں بھی گھومتے پھرتے رہے۔کچھ دنوں کے بعد پتہ چلا کہ لڑکی ماں بننے والی ہے۔یعنی امید سے ہے۔لڑکے نے جب یہ بے ہودہ کام کردیا پھر آہستہ آہستہ یہ خبر لڑکی کے سسرال میں پہنچی۔سسرال والوں نے لڑکے کو پوچھا کیا تو نے یہ حرکت کی ہے؟ لڑکے نے انکار کردیا۔لڑکے والے لڑکی کے گھر گئے اور رشتہ توڑ دیا۔لڑکی نے جب یہ دیکھا کہ منگیتر نے بھی انکار کردیا ہے،رشتہ بھی ٹوٹ چکا ہے،اس نے یہ سن کر اپنی بلڈنگ سے کود کر جان دے دی۔اسلام امن کا مذہب ہے۔وہ ہر کسی کی سلامتی چاہتا ہے۔وہ کسی کو بھی مصیبت نہیں دینا چاہتا۔

☆محبت کی شادیاں اکثر ناکام ہوتی ہیں:

محبت کی شادیوں کی ناکامی کی بڑی وجہ میاں بیوی کا ایک دوسرے کی

توقعات پر پورا نہ اترنا ہے۔ یہ بات سوشل اینڈ آرگنائزیشن (ساؤ) شعبہ خواتین کی جانب سے کئے گئے ایک سروے میں سامنے آئی ہے۔

تنظیم کی جانب سے ارینج میرج کی صورت میں ناکامی کا تناسب اٹھائیس فیصد ہوتا ہے اور ناکامی کی صورت میں فریقین کسی نہ کسی شکل میں زندگی کے جبر سے سمجھوتہ کر لیتے ہیں اور ساری زندگی ایک دوسرے کے ساتھ بندھے رہتے ہیں۔ طلاق کا تناسب نہ ہونے کے برابر ہے۔ ارینج میرج میں طلاق کا تناسب سات فیصد 7% ہے جبکہ محبت کی شادیوں میں طلاق کا تناسب چھ فیصد ہے اور محبت کی شادیاں 80% ناکام ہو جاتی ہیں۔

وجہ یہ ہے کہ لو میرج کرنے والے جوڑوں کے مابین صلح کروانے کی کوشش نہیں کرتے۔ اہل خانہ کی کوشش ہوتی ہے کہ میاں بیوی کو اپنی مرضی کی سزا ملے اور انہیں اپنی غلطی کا احساس ہو۔ اگر انہیں کوئی مسئلہ درپیش ہو تو خاندان والے عموماً سرد مہری کا مظاہرہ کرتے ہیں جس کی وجہ سے حالات کے دباؤ کی وجہ سے فریقین ایک دوسرے کو مشکلات کا باعث سمجھتے ہیں۔ ایک دوسرے پر طعنہ زنی بھی کی جاتی ہے۔ محبت کی شادیوں میں فریقین کو ایک دوسرے سے توقعات بھی بہت زیادہ ہوتی ہیں اور ان کی خواہش ہوتی ہے کہ مخالف فریق اس کے ساتھ وہی رویہ رکھے جس کا وہ شادی سے پہلے مظاہرہ کرتا تھا اور ان دعوؤں میں پورا

اترے جس کی وہ شادی سے پہلے قسم کھاتا تھا۔تو لومیرج کے بعد مرد روزگار کی تلاش میں اور خواتین گھریلو کاموں میں مصروف ہوکر پہلے والا رویہ برقرار رکھنے میں ناکام ہوجاتے ہیں۔

ناقدری کا احساس بھی جھگڑے کی بنیاد بن جاتا ہے جبکہ ارینج میرج کی صورت میں فریقین کسی بھی قسم کی توقعات نہ ہونے کی وجہ سے آپس میں سمجھوتہ کرنے کی کوشش میں مصروف رہتے ہیں۔لو میرج کی صورت میں میاں بیوی ایک دوسرے سے ''فرینک'' ہوتے ہیں اور وہ برابری کی بنیاد پر زندگی گزارنا چاہتے ہیں اور برابری کا عدم توازن بھی اختلاف کا سبب بن جاتا ہے۔ارینج میرج کی صورت میں اگر خاندانوں کے تعلقات آپس میں اچھے ہوں تو اس کا اثر جوڑوں کی ازدواجی زندگی پر بھی خوشگوار ثابت ہوتا ہے جبکہ لو میرج کرنے والے جوڑے مشترکہ خاندانی نظام میں ایڈجسٹ نہیں ہو پاتے۔شادی سے پہلے کی انڈر اسٹینڈنگ عملی زندگی میں ناکام ہوجاتی ہے کیونکہ شادی کے بعد مسائل دوسرے ہوتے ہیں مگر ارینج میرج کی شکل میں بھی گھر والوں کو لڑکے اور لڑکی کی پسند کا خیال رکھنا چاہیے۔ذہنی ہم آہنگی ہونی چاہیے۔لڑکی اور لڑکے کی تعلیم اور حیثیت میں زیادہ فرق نہیں ہونا چاہیے اور گھر والوں کو اپنی اولاد کے ذہن کو سمجھتے ہوئے رشتہ طے کرنا چاہیے۔

والدین کے اوپر یہ کام چھوڑ دینا چاہیے۔ والدین لڑکا یا لڑکی پسند کریں پھر تصویر کی صورت میں لڑکا لڑکی کو دیکھ لے اور لڑکی لڑکے کی تصویر دیکھ لے۔ پسند یا نہ پسند لڑکا لڑکی دونوں کا حق ہے لیکن لو میرج جیسے چکر نہ پالے جائیں۔ آپ کے 95 فیصد لڑکے اور 95 فیصد لڑکیاں لو میرج جیسی بیماری میں مبتلا ہیں۔ یہ وبال ہے۔ اسلام اس کی اجازت نہیں دیتا۔ والدین کو بھی چاہئے کہ جلد از جلد اپنی اولاد کی شادی کریں تاکہ سینکڑوں بیماریوں سے اولاد بچ جائے۔

☆ نام محمد ﷺ پر انگوٹھے چومنا اور جدید تحقیق:

حدیث شریف = تفسیر روح البیان ساتویں جلد صفحہ نمبر 272 پر مفسر قرآن علامہ اسماعیل حقی علیہ الرحمہ، امام ابوطالب مکی علیہ الرحمہ سے نقل فرماتے ہیں کہ حضرت سفیان بن عیینہ علیہ الرحمہ نے بیان کیا۔ دس محرم الحرام بروز جمعہ سرور کائنات ﷺ مسجد نبوی میں تشریف لائے۔ آپ ﷺ ستون کے قریب تشریف فرما ہوئے۔ حضرت بلال رضی اللہ عنہ نے اذان دی۔ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ نے یہ کہتے ہوئے ''قرة عيني بك يارسول الله'' انگوٹھے آنکھوں سے لگا لئے، اذان مکمل ہونے کے بعد نبی پاک ﷺ نے فرمایا: اے ابوبکر! جس نے بھی شوق ومحبت سے تجھ جیسا عمل کیا تو رب تعالیٰ اس کے گناہ معاف فرما دے گا۔

☆جدید تحقیق:

نام محمد ﷺ پر انگوٹھے چومنے والا اخروی فوائد کے ساتھ ساتھ دنیاوی فوائد بھی پاتا ہے۔

1......اس کی آنکھوں کی تکلیف دور ہو جائے گی۔

2......اس کی آنکھوں کی بینائی کبھی ختم نہ ہوگی۔

3......آنکھوں کے کئی امراض سے شفا پائے گا۔

4...... آنکھوں کی روشنی میں اضافہ ہوگا۔

اللہ تعالیٰ کی عطا کی ہوئی نعمتوں کے فوائد:

بادام کے فوائد:

1......تمام بادام کولیسٹرول سے پاک ہوتے ہیں۔

2......کڑوے بادام یا ایرانی بادام ''کینسر'' کی روک تھام کی خصوصیت رکھتے ہیں۔

3......خشک خوبانی کے بادام کھانے سے زخم بھر جاتے ہیں۔

4......بادام میں کیلشیم ہوتا ہے جو کہ ہڈیوں کے لئے ضروری ہے۔

5......بادام کھانے سے تیزابیت دور ہوتی ہے اور امراض قلب کا خطرہ کم ہوتا ہے۔

6......بادام اجابت صاف لاتا ہے اور قبض دور کرتا ہے۔

7......بادام کھانے سے موٹاپے کا خطرہ بھی کم ہوتا ہے۔

8......بادام کے تیل کی پابندی سے مالش جلد کی خشکی، کیلوں، جھریوں اور مسوں کی روک تھام کرتی ہے۔

9......بادام آنکھوں کی بینائی کے لئے مفید ہے۔

10......انجیر اور بادام ملا کر کھانے سے پیٹ کی اکثر بیماریاں دور ہوتی ہیں۔

11......روزانہ رات کو 7 بادام اور 21 کشمش پانی میں بھگو دیجئے۔ یہ دونوں صبح دودھ کے ساتھ اور اچھی طرح چبا کر کھا لیجئے۔ ان شاء اللہ دردِ سر دور ہوگا، قوتِ حافظہ کے لئے بھی مفید ہے۔

☆ پستے کے فوائد:

پستہ دل و دماغ کو قوت بخشتا ہے۔ بدن کو موٹا کرتا ہے اور گردے کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ ذہن اور حافظہ مضبوط کرتا ہے۔ کھانسی کے علاج کے لئے مفید ہے۔

☆ کاجو کے فوائد:

کاجو جسم کو غذائیت اور دماغ کو طاقت دیتا ہے۔ بدن کو موٹا کرتا ہے۔ نہار منہ شہد کے ساتھ کاجو کھانا بھولنے کی بیماری دور کرتا ہے۔ ایک کوڑھی (سفید داغ کا مریض) صرف کاجو کھانے سے صحت یاب ہوگیا۔

☆ چلغوزے کے فوائد:

چلغوزہ بلغم دور کرتا ہے اور بدن کو موٹا کرتا ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے۔ دل اور

پٹھوں کو قوت بخشتا ہے۔ چھلے ہوئے چلغوزے کا شیرہ بنا کر تھوڑا سا شہد شامل کر کے چاٹنا بلغمی کھانسی کے لئے مفید ہے۔

☆ مونگ پھلی کی فوائد:

مونگ پھلی کے بیجوں میں بہت غذائیت ہوتی ہے۔ مونگ پھلی اپنے فوائد میں کاجو اور اخروٹ سے کم نہیں ہے۔ مونگ پھلی کا تیل روغن زیتون کا عمدہ بدل ہے۔

☆ مصری کے فوائد:

مصری آنکھوں کی بینائی کے لئے مفید ہے۔ گرم پانی کے ساتھ بطور شربت آواز کو صاف کرتی ہے۔

☆ کھوپرے کے فوائد:

مصری کے ساتھ ہر روز نہار منہ ایک تولہ کھوپرا کھانا بینائی کو قوت دیتا ہے۔ پیٹ کو نرم کرتا اور بھوک بڑھاتا ہے، کھوپرے کا تیل سر میں لگانے سے بال بڑھتے ہیں۔ یہ دماغ کے لئے مفید ہے۔

☆ چھوہارے کے فوائد:

چھوہارا صاف خون پیدا کرتا ہے، بھوک میں اضافہ کرتا اور بدن کو موٹا، کمر اور گردے کو طاقت دیتا ہے۔

☆ اخروٹ کے فوائد:

اخروٹ بدہضمی کو دور کرتا ہے۔ اخروٹ کا بھنا ہوا مغز سرد کھانسی کے لئے مفید ہے۔ اخروٹ کو چبا کر داد پر لگایا جائے تو داد کا نشان مٹ جاتا ہے۔

☆ مُنقّٰی کے فوائد:

حدیث 319 طب نبوی لابی نعیم منقیٰ کھاؤ، یہ بہترین کھانا ہے۔ اعصاب (پٹھوں) کو مضبوط کرتا ہے، غصے کو ٹھنڈا، منہ کو خوشبودار کرتا اور بلغم کو دور کرتا ہے۔

☆ انجیر کے فوائد:

حدیث طب نبوی حدیث 468: انجیر کھاؤ کیونکہ یہ بواسیر کو ختم کرتی اور نقرس (یعنی ایک درد جو ٹخنوں اور پاؤں کی انگلیوں میں ہوتا ہے) کے لئے مفید ہے۔ انجیر بواسیر کو ختم کرتا ہے، جوڑوں کے درد کے لئے مفید ہے۔

جن کی پیٹ میں بوجھ ہو جاتا ہے، وہ ہر بار کھانا کھانے کے بعد تین عدد انجیر

کھالیں۔انجیر موٹے پیٹ کو چھوٹا کرتا ہے۔کھانسی اور دمے کے لئے مفید ہے۔

☆انار اور اس کے فوائد:

انار ایک قدیم ترین پھل ہے۔ یہ تین طرح کا ہوتا ہے۔ میٹھا، کھٹا اور کھٹا میٹھا۔تینوں کی تاثیر مختلف ہے۔شیریں انار گرم،ترش انار ٹھنڈا اور کھٹا میٹھا انار تاثیر کے اعتبار سے متوسط ہوتا ہے۔انار کا ذکر قرآن مجید میں بھی آیا ہے۔ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَّنَخْلٌ وَّرُمَّانٌ (سورۂ رحمن، آیت 68)

ترجمہ کنزالایمان: ان میں میوے اور کھجوریں اور انار ہیں۔انار کے متعلق نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ایسا کوئی انار نہیں جس میں جنتی اناروں کا دانہ شامل نہ ہو(کنزالعمال، 155/12، حدیث 35319)

انار کے بے شمار فوائد میں سے چند ملاحظہ کیجئے۔

☆انار یں وٹامن اے، بی، سی، کیلشیم، سوڈیم، آئرن، فاسفورس، سلفر، فولاد، ہائیڈروکلورک ایسڈ کے اجزاء وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

☆معدہ، جگر، سینہ کو تقویت دیتا اور خون کی کمی دور کرکے صاف خون پیدا کرتا ہے۔

☆ انار بلڈ پریشر، ٹائیفائیڈ، یرقان، تلی کے امراض، بھوک میں کمی، بواسیر اور ہڈیوں کے درد کے لئے مفید ادویاتی اور قدرتی غذا ہے۔

☆ انار کا استعمال ذیابیطس (Diabetes) کے مریضوں کے لئے فائدہ مند ہے۔

☆ دل و دماغ کو فرحت و تازگی فراہم کرتا ہے۔ چہرے کی رنگت میں نکھار پیدا کرتا ہے۔

☆ قوت بصارت کو تیز کرتا ہے۔

☆ نزلہ، کھانسی، دمہ میں بھی فائدہ مند ہے۔ نیز پھیپھڑوں سے بلغم نکال کر انہیں طاقت دیتا ہے۔

☆ انار پیشاب آور ہوتا ہے لہذا پیشاب اور مثانے کی بیماریوں میں اس کا استعمال کارآمد ہے۔

☆ مختلف امراض کے بعد ہونے والی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

☆ دانتوں اور مسوڑھوں کو مضبوط کرتا ہے۔

(ماخوذ از رسائل طب، 212-211/2 پھولوں، پھلوں اور سبزیوں سے علاج ص 160-149)

آڑو اور اس کے فوائد:

موسم گرما کو اگر پھلوں کا موسم کہا جائے تو غلط نہ ہوگا۔ اس موسم کے پھلوں میں سے ایک آڑو بھی ہے۔ آڑو غذائیت سے بھرپور لذیذ، مفید اور میٹھا پھل ہے۔ اسے صحت کے لئے مکمل خوراک کا درجہ حاصل ہے۔ آڑو کو میٹھا (Sweet Dish) بنانے میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ آڑو کے چند فوائد پیش خدمت ہیں۔

☆ آڑو میں وٹامن اے، سی، ای، فولاد اور کیلشیم کا خزانہ پایا جاتا ہے۔

☆ بینائی تیز کرتا ہے۔

☆ آڑو کے غذائی اجزاء دردناک السر کو بڑھنے سے روکتے ہیں۔

☆ اس کے ریشے اور اس میں موجود بکثرت فائبر سرطان جیسے مہلک مرض سے بچاتے ہیں۔

☆ آڑو چربی اور موٹاپے کو کم کرتا ہے۔

☆ آڑو قبض ختم کرنے، کمزور نظام ہضم درست کرنے اور اکھڑی سانسوں کو ترتیب میں لانے کا فائدہ دیتا ہے۔

☆ کمزور ہاضمہ والوں کے لئے آڑو چھلکے سمیت کھانا نقصان دہ ہے

☆ آڑو جلد کی کئی خرابیوں کو دور کرنے میں بھی مفید ہے۔

☆ آڑو ذیابیطس (شوگر) کے مرض میں بھی مفید ہے۔

☆ معدے کی تیزابیت کو دور کرتا ہے۔

☆ نیا خون پیدا کرتا ہے، جسم میں خون کی کمی ہو تو نہار منہ (خالی پیٹ) خوب پکا ہوا ایک آڑو کھائیں اور اس کے تھوڑی دیر بعد ایک گلاس پانی پی لیں۔

☆ آڑو کھانے سے پیٹ کے کیڑے نکل جاتے ہیں (انٹرنیٹ کی مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

☆ سیب کے فوائد:

پھلوں میں سیب کو سب سے زیادہ توانائی بخش سمجھا جاتا ہے۔ یہ ایک خوش ذائقہ اور غذائیت سے بھرپور پھل ہے۔ سیب کے بارے میں کہا جاتا ہے ''ناشتے میں ایک سیب کھایئے، کبھی ڈاکٹر کے پاس نہ جایئے'' سیب کے بے شمار فوائد میں سے چند پیش خدمت ہیں:

☆ سیب دل و دماغ کو فرحت پہنچاتا ہے۔

☆ دل کو طاقت دیتا اور گھبراہٹ دور کرتا ہے۔

☆ سیب خون پیدا کرتا اور چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔

☆ سیب جگر کی اصلاح کرتا، معدے کو طاقت دیتا ہے۔

☆ نہار منہ (خالی پیٹ) سیب دودھ کے ساتھ لینا صحت بخش ہے۔

☆ سیب کا جوس پیٹ اور آنتوں کے جراثیم مارتا ہے۔

☆ سیب دانتوں اور مسوڑھوں کو مضبوط کرتا ہے۔

☆ پیچش، ٹائیفائیڈ، تپ دق اور کھانسی میں مفید ہے۔

☆ سیب کا مُربّہ دل ودماغ کو مضبوط کرتا ہے۔

☆ سیب نظر اور حافظہ تیز کرتا ہے۔

☆ سیب پتھری کی روک تھام میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔

☆ کچا سیب گرم کرکے ورم پر لگانا مفید ہے۔

☆ سیب کولیسٹرول کو بڑھنے سے روکتا اور کم کرتا ہے۔

☆ ایک تحقیق کے مطابق سیب ہر کینسر کو روکتا ہے۔

☆ سیب کا سرکہ ہچکیوں کی روک تھام، گلے کی تکلیف میں راحت، نزلہ زکام سے آرام دیتا اور وزن میں کمی کرتا ہے (مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

☆ غریبوں کا سیب (بیر) اور اس کے فوائد

بیر ایک شیریں اور غذائیت کے لحاظ سے عمدہ پھل ہے۔ کچا بیر نقصان دہ

ہے۔طبی اعتبار سے پکا ہوا میٹھا بیر تاثیر میں کسی طرح بھی سیب سے کم نہیں۔اسی لئے گاجر کی طرح اسے بھی ''غریبوں کا سیب'' کہا جاتا ہے۔بیر کے چند فوائد پیش خدمت ہیں۔

☆ بیر معدے کی کئی خرابیوں مثلاً جلن و تیز ابیت میں مفید ہے۔

☆ انتڑیوں کو تقویت دیتا، بینائی تیز کرتا، تھکن و بھوک کی کمی کو دور کرتا ہے۔

☆ بیر کے ستو آنتوں کے السر میں بہت مفید ہیں۔

☆ ٹوٹی ہوئی ہڈی پر بیر کی گٹھلی کے قوام (یعنی گاڑھے شیرے) کا لیپ کرنا ہڈی کے جوڑنے اور درد دور کرنے میں مفید ہے۔

☆ اس قوام کو بچوں کے تلوؤں پر لیپ کرنے سے وہ جلدی چلنا شروع کر دیتے ہیں۔

☆ بیر کا رس دل کو تسکین دیتا، بے چینی و گھبراہٹ کو دور کرتا ہے۔

☆ بیر کا رس تل کے تیل میں ملا کر جوڑوں پر مالش کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

☆ بیر کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں۔

☆ بیر امراض جگر، گردوں کی خرابی، جسمانی کمزوری، ہاضمے کی خرابی دور کرنے میں بھی مفید ہے (پھولوں، پھلوں اور سبزیوں سے علاج، ص 196،

مختلف ویب سائٹ سے ماخوذ)

☆ بیری کے پتوں کے فوائد:

بیری کے پتوں کے بھی کثیر فوائد ہیں۔ان کا استعمال ناسور (وہ زخم جو ٹھیک نہ ہوتا ہو) پھوڑے پھنسی، کھانسی، دمہ، نکسیر، بالوں کا گرنا، کینسر، شوگر، ٹی بی، دل، گردے کے امراض میں مفید ہے۔ بیری کے پتوں کو پانی میں جوش دے کر نہانا جادو سے حفاظت میں بھی موثر ہے۔

☆ خربوزہ اور اس کے فوائد:

خربوزہ موسم گرما کا ایک لذیذ اور مفید پھل ہے۔کدو شریف کی طرح اس کی افزائش بھی زمین پر بیل کی صورت میں ہوتی ہے۔سرکار ﷺ کو تازہ پھلوں میں خربوزہ اور انگور زیادہ پسند تھے۔(آپ ﷺ خربوزہ روٹی، شکر اور بسا اوقات کھجور کے ساتھ تناول فرماتے تھے۔(فیضان سنت ص 305 ملخصاً)

خربوزے پر دو مثل (مثالیں) بڑی مشہور ہیں۔

''خربوزہ چھری پر گرے یا چھری خربوزے پر، نقصان خربوزے کا ہی ہے (یعنی کمزور کی ہر طرح شامت ہے) اور ''خربوزے کو دیکھ کر خربوزہ رنگ پکڑتا ہے'' (یعنی صحبت کا اثر ہوتا ہے) (فیروز اللغات ص 622) خربوزے کے چند

فوائد یہ ہیں۔

☆ خربوزہ پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے۔

☆ قبض اور معدہ کی خشکی کو دور کرتا ہے۔

☆ دل اور دماغ کو تقویت دیتا ہے۔

☆ گردوں اور مثانے کے امراض میں مفید ہے۔

☆ خربوزہ سر کی خشکی اور خارش کو بھی دور بھگاتا ہے۔

☆ جسم کی گانٹھیں گلاتا ہے۔

☆ خوب پیشاب لاتا ہے، مثانے کی پتھری سے نجات دلاتا ہے

☆ حاملہ عورت اگر بکثرت خربوزہ کھائے تو اولاد حسین اور صحت مند پیدا ہوگی۔

☆ خربوزے کے چھلکوں کا سفوف سبزیوں کو جلد گلانے اور آٹے میں خمیر لانے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

☆ خربوزے کے تھوڑے سے بیج چھیل کر روزانہ کھا لینے اور اوپر سے پانی پی لینے سے گردے کے درد میں راحت ملتی ہے۔

☆ بعض حکماء کے نزدیک خربوزہ نہار منہ (خالی پیٹ) کھانا نقصان دہ ہے۔

☆ پپیتا کے فوائد:

پپیتا سبز، زرد اور سرخ رنگ کا پھل ہے۔ اس کا مزاج سرد تر ہوتا ہے۔ کچے پپیتے کا ذائقہ تلخ اور پک جانے کے بعد شیریں ہوتا ہے۔

☆ پپیتے کے 17 فوائد:

☆ پپیتا خون کی نالیوں کو نرم، لچک دار اور کشادہ رکھتا ہے۔

☆ خون میں کولیسٹرول بڑھنے نہیں دیتا۔

☆ بلڈ پریشر نارمل رکھتا ہے۔

☆ خاص طور پر تپ دق کے مریضوں کے لئے بہت مفید ہے۔

☆ یہ ہاضم ہوتا ہے اور بھوک بھی لگاتا ہے۔

☆ پپیتا کاسر ریاح (یعنی ریاح کو توڑنے والا یا خارج کرنے والا) اور پیشاب لانے والا ہوتا ہے۔

☆ گردے کی پتھری توڑتا ہے۔

☆ پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کرتا ہے۔

☆ سخت گوشت کو گلانے کے لئے بھی کچا پپیتا استعمال کیا جاتا ہے۔

☆ دل کو فائدہ و تقویت دیتا ہے۔

☆ معدہ کی سوزش، منہ سے خون آنے اور گرمی کی وجہ سے ہونے والی بواسیر میں اس کا استعمال فائدہ مند ہے۔

☆ جگر اور انتڑیوں کے لئے بے حد مفید ہے

☆ اس کا با قاعدہ استعمال قبض کو ٹھیک کرتا ہے۔

☆ بدن پر آنے والی سوجن کو دور کرتا ہے۔

☆ چہرے کی چھائیوں اور داغ دھبوں پر اس کا پیسٹ لگانے سے چہرے کے داغ دھبے ختم ہوجاتے ہیں۔ چہرہ ملائم اور اس کے نکھار میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔

☆ شوگر کے مریض کے لئے کم مقدار میں اس کا استعمال مفید ہے۔

☆ خالی پیٹ اس کا استعمال موٹاپے کو ختم کرتا ہے۔

احتیاط: ایک وقت میں صرف 50 گرام پپیتا ہی استعمال کیجئے۔ نیز جو مریض اسہال (دست) کی بیماری میں مبتلا ہوں، انہیں پپیتا استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

☆ تربوز اور اس کے فوائد:

تربوز موسم گرما کا نہایت مفید پھل ہے۔ سرکار دو عالم ﷺ تربوز اور کھجور کو

ملا کر کھاتے اور فرماتے: ہم اس (کھجور) کی گرمی کو اس (تربوز) کی ٹھنڈک کے ساتھ اور اس (تربوز) کی ٹھنڈک کو اس (کھجور) کی گرمی کے ساتھ توڑتے ہیں۔

(ابوداؤد 508/3، حدیث 3836)

گرمی دور کرنے کے لئے تربوز کا شربت بھی پیا جاتا ہے۔ تربوز کے چند فوائد ملاحظہ کیجئے۔

☆ اعلیٰ حضرت علیہ الرحمہ نقل فرماتے ہیں: کھانے سے پہلے تربوز کھانا پیٹ کو خوب دھو دیتا ہے اور بیماری کو جڑ سے ختم کر دیتا ہے۔

(فتاویٰ رضویہ 442/5)

☆ تربوز کثرت سے کھانا گردوں کی درد سے نجات کا باعث ہے (گھریلو علاج، ص 52)

☆ تربوز جسم کی تمام اعضاء کو قوت پہنچاتا ہے۔

☆ تربوز کا شربت دل کو فرحت پہنچاتا ہے (پھلوں، پھولوں اور سبزیوں سے علاج ص 217)

☆ تربوز فساد ہاضمہ، بلڈ پریشر، گرمی کے باعث سر درد و بخار، جگر کی گرمی، وہم، جنون، پاگل پن، امراض مثانہ، پیشاب کی بندش، بھوک میں کمی، امراض معدہ، بواسیر، جگر کا بڑھنا، ضعف قلب، قے، یرقان، خارش، خشک کھانسی وغیرہ

تمام امراض میں بھی مفید ہے۔

(احتیاط: تربوز کھانے کے بعد پانی پینا بسا اوقات ہیضے کا باعث اور سخت نقصان دہ ہوتا ہے)

☆انگور کے فوائد:

انگور ایک نہایت ہی مفید پھل ہے۔اس کا ذکر قرآن اور احادیث میں بھی کئی مقامات پر آیا ہے۔ ہمیشہ پکا ہوا اور میٹھا انگور کھانا چاہیئے۔سوکھا ہوا چھوٹا انگور کشمش اور بڑا انگور منقیٰ کہلاتا ہے۔اس کے چند فوائد ملاحظہ کیجئے۔

☆انگور جسم کو معتدل اور پر کشش بنانے میں دوا کا کام کرتا ہے۔

☆انگور جسم میں موجود فاسد مادوں کو خارج کرتا ہے۔

☆نزلہ، زکام، کھانسی کو دور کرنے کے ساتھ ساتھ دیگر بلغمی امراض میں بھی بے حد مفید ہے۔

☆معدہ اور آنتوں کو جلا بخشتا ہے۔

☆جگر کو طاقت دیتا ہے۔

☆انگور آنتوں کے زخم کے لئے فائدہ مند ہے لیکن 10 سے 15 دانے استعمال کئے جائیں، اس سے زائد کھانے سے نقصان کا اندیشہ ہے۔

☆ بادام کی گریوں کے ساتھ انگور کھانا نہ صرف دماغی امراض میں مفید ہے بلکہ قوت حافظہ کو بھی تیز کرتا ہے۔

☆ انگور کھانے سے حلق (گلے) کے امراض ٹھیک ہوجاتے ہیں۔

☆ انگور امراض گردہ ومثانہ میں بھی مفید ہے۔

☆ اس کا رس گردے اور مثانے کی پتھری کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔

☆ ترش انگوروں کا رس آنکھوں کے درد کیلئے مفید ہے۔

(ماخوذ پھلوں، پھولوں اور سبزیوں سے علاج، ص 171 تا 190)

احتیاط: کچا اور ترش انگور گلے کے لئے نقصان دہ ہے۔ نیز سردی کی وجہ سے سینہ خراب ہو تو انگور کے استعمال سے پرہیز کریں۔

☆ کیلے کے فوائد:

کیلے کا شمار خوش ذائقہ اور لذیذ ترین پھلوں میں ہوتا ہے۔ شاید آم کے بعد سب سے لذیذ، قوت بخش اور زیادہ کھایا جانے والا پھل یہی ہے۔ کیلے کا شمار ان پھلوں میں ہوتا ہے جن میں تقریبا تمام وٹامنز پائے جاتے ہیں۔ کیلا ایک مکمل غذا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ دو کیلے کھانے سے ایک مکمل کھانے جتنی قوت حاصل ہوتی

ہے۔

☆ کیلے کے چند فوائد ملاحظہ کیجئے:

1......کیلا خصوصا ان بچوں کے لئے مفید ہے جنہیں کسی سبب سے ماں کا دودھ نہ ملا ہو۔ایسے بچوں کو بقدر ضرورت پکے ہوئے کیلے کا نصف گودا دودھ میں ملا کر دینا چاہیئے۔

2......پیچش اور دست کے مریضوں کے لئے کیلے کا استعمال بہت مفید ہے۔

3......کیلا خشک کھانسی اور گلے کی خشکی دور کرتا ہے۔

4......کیلا دل کو فرحت دیتا اور خون کی کمی دور کرتا ہے۔

5......جلے ہوئے مقام پر کیلے کا لیپ لگانا، جلن، سوزش اور درد دور کرنے میں نہایت مفید ہے۔

☆ کیلے کے چھلکے نہ پھینکیں:

جی ہاں! کیلے کا چھلکا بھی نہایت مفید ہے۔ چند فوائد یہ ہیں:

1......کیلے کے چھلکے کی اندرونی سطح کو دانتوں پر ملنے سے ایک ہفتے کے اندر دانت سفید اور چمکدار ہوجاتے ہیں۔

2......کیلے کے چھلکے کا مساج دانوں اور جھریوں کو دور کرنے کے لئے بہت مفید ہے۔

3......کسی زہریلے جانور یا کیڑے کے کاٹنے سے خارش ہو رہی ہو تو متاثرہ جگہ پر کیلے کا چھلکا رکھیں، خارش میں کمی ہوگی اور سکون ملے گا۔ افاقہ ہونے تک عمل جاری رکھیں۔

4......فرنیچر، جوتے اور چاندی کی چیزوں کی صفائی کے لئے بھی کیلے کا چھلکا استعمال کیا جاتا ہے (انٹرنیٹ کی مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

☆مولی کے فوائد:

مولی ایک سفید رنگ کی سبزی ہے اسے زیادہ تر کچا کھایا جاتا ہے۔ سلاد کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے اور مولی کو اس کے پتوں کے ساتھ ملا کر بطور سالن بھی پکایا جاسکتا ہے۔ مولی خود دیر سے ہضم ہوتی ہے لیکن دوسری غذاؤں کو جلد ہضم کر دیتی ہے۔ مولی کا نمک کے ساتھ استعمال کئی امراض کے علاج کے لئے مفید سمجھا جاتا ہے۔

☆مولی کے 9 فوائد:

1......گردہ اور مثانہ میں پتھری ہو جانے میں مولی کا استعمال بے حد مفید

ہے۔

2......بواسیر کے مریضوں کے لئے مولی اور اس کے پتوں کا رس فائدہ مند ہے جو جلن اور خارش بھی ختم کر دیتا ہے۔

3......جگر کی خرابی کے لئے بھی مفید ہے۔

4......اسے یرقان اور تلی کے امراض کے لئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

5......پیشاب کی جلن یا رک رک کر آتا ہو تو مولی کھانے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔

6......مولی کا رس تل کے تیل میں ڈال کر پکائیں جب صرف تیل رہ جائے تو اسے بوتل میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ یہ کانوں کے امراض کا بہترین علاج ہے۔

7......مولی کا اچار کھانے سے تلی، بواسیر اور رکے ہوئے پیشاب کی تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔

احتیاط: کچی مولی کھانے سے منہ میں بدبو پیدا ہو جاتی ہے لہذا مسجد میں جانے، ذکر اللہ کرنے، نماز پڑھنے سے پہلے منہ کی بدبو لازمی دور کر لیجئے۔

میتھی کے فوائد:

میتھی فوائد سے بھرپور اور سبز پتوں والی مشہور سبزی ہے۔ اس میں فولاد

اور آئرن کثیر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ چند فوائد ملاحظہ کیجئے۔

☆ میتھی میں وٹامن B، فولاد، فاسفورس اور کیلشیم، جسمانی کمزوری اور خون کی کمی کو دور کرتے ہیں۔

☆ میتھی آنکھوں کی پیلی رنگت، منہ کی کڑواہٹ اور دل خراب ہونے کی کیفیت ختم کرتی ہے۔

☆ بدہضمی، کھٹی ڈکاریں اور بھوک کی کمی دور کرتی ہے۔

☆ میتھی کا استعمال کمر درد، تلی کے درد اور جوڑوں کے درد میں مفید ہے۔

☆ میتھی کا مسلسل استعمال (بواسیر) کا خاتمہ کر دیتا ہے

☆ میتھی کھانسی اور معدے کی اصلاح کرتی اور بلغم نکالتی ہے

☆ میتھی کے پتے پکا کر اس کے پانی سے غرارے اور کلیاں کرنا منہ کے چھالے ٹھیک کرنے میں مفید ہے

☆ میتھی کولیسٹرول کو کم کرتی ہے۔

☆ میتھی پیشاب آور ہے

☆ میتھی کی پتیاں بھوک بڑھاتی اور قبض کشا ہیں۔

☆ میتھی کا قہوہ سانس کی گھٹن، حلق کی جلن، نزلہ زکام، بخار اور منہ کی بدبو دور کرنے میں بہت مفید ہے

☆ بھنڈی کے فوائد:

بھنڈی ایک مشہور سبزی ہے۔ بڑی لیس دار ہوتی ہے۔ سبز اور سفید دونوں رنگوں میں کاشت ہوتی ہے۔ لوگ اسے نہایت شوق سے کھاتے ہیں۔ بھنڈی اور اس کے بیج بطور دوا استعمال ہوتے ہیں۔ اس کا ذائقہ پھیکا اور لعاب دار ہوتا ہے۔

1...... بھنڈی کی تاثیر کے باعث اہل بنگال زمانہ قدیم سے اسے گلے کی خراش کے لئے استعمال کرتے ہیں

2...... نزلہ، زکام اور پیشاب کے امراض مثلاً سوزاک وغیرہ کے لئے بھی اس کا جوشاندہ استعمال کیا جاتا ہے

3...... بھنڈی کھانے سے پیشاب کی جلن دور ہوتی ہے۔

4...... بھنڈی کھانے سے پیٹ میں ہوا پیدا ہوتی ہے۔ بھنڈی قابض بھی ہے اور صحت مند افراد کو بھی دیر سے ہضم ہوتی ہے۔ لہذا وہ افراد جن کی قوت ہاضمہ درست نہیں، انہیں اس سبزی کا استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

اس کے علاوہ بھنڈی ہڈیوں کی مضبوطی، جلد کی بہتری، آنتوں کی سرطان سے حفاظت، دل کی بیماریوں سے حفاظت، لو لگنے سے حفاظت، وزن کم کرنے

اور کولیسٹرول کی سطح کو کم کرنے میں بھی مفید ہے۔

5......شیخ طریقت امیر اہلسنت دامت برکاتہم العالیہ نے خصوصا بزرگ افراد کے لئے بھنڈی کا ایک نہایت ہی زبردست نسخہ بیان فرمایا ہے جو جوڑوں کے درد دور کرنے میں بہت مفید ہے۔

ایک بھنڈی سر سمیت لمبائی میں چیر کر پانی کے گلاس یا مٹی کے پیالے میں 10 سے 12 گھنٹے کے لئے بھگو دیں پھر بھنڈی کو پکڑ کر اچھی طرح سے پانی میں نچوڑ لیں اور سارا پانی پی لیں۔

☆بینگن اور اس کے فوائد:

بینگن موسم سرما و گرما کی ایک مفید سبزی ہے۔اس کی بہت سی اقسام و رنگ ہیں۔لمبا،گول،بیضوی،سیاہ،جامنی،ارغوانی (لال) سفید،اسے آلو بینگن،بینگن کا بھرتا،بینگن گوشت،بینگن چاول،بینگن کے پکوڑے کے طور پر پکایا جاتا ہے۔اسے صاف کر کے چھلکوں سمیت پکانا زیادہ مفید ہے۔بینگن کے چند فوائد یہ ہیں۔

☆بینگن میں فاسفورس،فولاد،وٹامن A-B اور C ہوتے ہیں۔

☆بینگن بھوک لگاتا ہے

☆ معدے کو تقویت دیتا ہے

☆ قبض کشا ہے

☆ بینگن معدے کی گرمی اور گیس کے اخراج کے لئے بھی مفید ہے۔

☆ بینگن کا سالن کھانے سے بلغم کا خاتمہ ہوجاتا ہے

☆ بینگن کا سالن دل کے لئے بہت اچھا ہے۔اس سے دل کو تقویت ملتی ہے (پھلوں، پھولوں اور سبزیوں سے علاج ص 290)

☆ بینگن کے اندر ایسے اجزاء پائے جاتے ہیں جو بلڈ پریشر، ذہنی تناؤ اور شوگر کے مرض کو قابو کرنے میں مددگار ہیں۔

☆ ایک تحقیق کے مطابق بینگن میں ایسے قدرتی اجزاء بھی پائے جاتے ہیں جو کینسر جیسے موذی مرض سے محفوظ رکھتے ہیں

☆ بینگن موچ نکالنے اور ورم دور کرنے میں اپنا ثانی نہیں رکھتا۔اس کے ٹکڑوں پر نمک لگا کر کڑاہی میں گرم کرنے کے بعد قدرے ٹھنڈا کر کے متاثرہ حصہ پر باندھنا مفید ہے۔

☆ ہتھیلیوں اور تلوؤں پر پسینہ آتا ہو تو بینگن کا پانی لگانے سے پسینہ رک جاتا ہے۔

احتیاط: بینگن کا کثرت سے استعمال فساد خون اور جوڑوں کے درد کا باعث

ہے(انٹرنیٹ کی مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

مٹر اور اس کے فوائد:

مٹر ایک خوش رنگ، ذائقہ دار، عوام وخواص میں مقبول اور موسم سرما میں پائی جانے والی سبزی ہے جسے مختلف چیزوں کے ساتھ مختلف انداز میں پکایا جاتا ہے۔ اس کی تاثیر گرم خشک ہے۔

مٹر کے چند فوائد پیش خدمت ہیں:

☆ مٹر خون پیدا کرتا ہے

☆ جسم پر گوشت بڑھاتا ہے......

☆ قبض کشا ہے

☆ مٹر میں آئرن (Iron) اور مختلف وٹامنز ہوتے ہیں جو جسم کو تر و تازہ رکھتے، مضبوط بناتے اور بیماریوں کے خلاف لڑنے میں مدد دیتے ہیں۔

☆ مٹر میں کیلوریز کم اور فائبر کی مقدار زیادہ ہوتی ہے جو وزن گھٹانے میں بہت معاون ہے۔

☆ ابلے اور پسے ہوئے مٹروں کا پیسٹ چہرے پر لگانے سے جھریاں، داغ، دھبے اور دانے پھنسیاں ختم ہوجاتے ہیں۔

☆ مٹر میں پائے جانے والے اجزاء کولیسٹرول کو کم کرتے اور اس سے پیدا ہونے والی بیماریوں (جیسے ہارٹ اٹیک وغیرہ) کے خلاف ہیں نیز شوگر کو بھی کنٹرول کرتے ہیں۔

☆ چوٹ والے یا جلے ہوئے زخم پر پسے ہوئے مٹروں کا پیسٹ لگانا جلن میں کمی لاتا ہے۔

☆ مٹر میں Folic Acid ہوتا ہے جو زمانہ حمل میں زچہ و بچہ دونوں کے لئے بہت مفید ہے۔

☆ اگر کسی کو بھولنے کی بیماری ہو تو اسے مٹر استعمال کرنے چاہئیں کہ مٹر نہ صرف دماغ کو مضبوط کرتے بلکہ یادداشت کو بھی بہتر بناتے ہیں۔

☆ کچے مٹر نہ کھائیں کہ ان سے بعض لوگوں کو پیٹ درد کی شکایت ہو سکتی ہے (مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

☆ شملہ مرچ اور اس کے فوائد:

شملہ مرچ ایک مفید سبزی ہے ابتداء میں سبز پھر پیلی اور خوب پکنے کی صورت میں سرخ ہو جاتی ہے۔اسی وجہ سے اس کی قیمتوں اور دستیابی میں بھی خاصا فرق ہے۔شملہ مرچ کا آبائی وطن میکسیکو اور چلی ہے جہاں اسے تین ہزار سال سے

کاشت کیا جا رہا ہے۔شملہ مرچ کو آلو، قیمہ، گوشت دیگر سبزیوں کے ساتھ اور قیمے سے بھر کر بھی پکایا جاتا ہے۔اسے بطور سلاد بھی استعمال کیا جاتا ہے۔یہ تیکھی نہیں ہوتی۔شملہ مرچ کے چند فوائد یہ ہیں۔

☆شملہ مرچ وٹامن اے اور سی کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

☆شملہ مرچ آنکھوں میں موتیا اترنے سے بچاتی ہے

☆سرخ رنگ کی شملہ مرچ ہر قسم کے کینسر سے بچانے میں مدد دیتی ہے۔

☆شملہ مرچ فائبر سے بھرپور ہوتی ہے۔

☆شملہ مرچ وزن کم کرتی ہے

☆کولیسٹرول کی مقدار بھی کنٹرول کرتی ہے

☆ جوڑوں کی درد والے افراد خصوصا کمر درد والوں کے لئے نہایت مفید ہے

☆ شملہ مرچ میں ایسے اجزاء پائے جاتے ہیں جو دماغ کے لئے نہایت مفید ہیں۔اسی وجہ سے شملہ مرچ ذہنی تناؤ دور کرتی اور ٹینشن سے نجات دلاتی ہے۔

☆سرخ شملہ مرچ بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے بھی مفید ہے

☆ شملہ مرچ جلد کی جلن اور سوجن کے علاج کے لئے بیرونی طور پر بھی

استعمال کی جاتی ہے (انٹرنیٹ کی مختلف ویب سائٹس سے ماخوذ)

☆ کریلا اور اس کے فوائد:

کریلا ایک مفید سبزی ہے۔ عموماً گرم علاقوں میں پیدا ہوتی ہے۔ کدو شریف کی طرح اس کی بیل ہوتی ہے۔ مزاج گرم وخشک ہے، اسے قیمہ کریلے، بھرے ہوئے کریلے، دال کریلے، کریلے گوشت کے طور پر پکایا جاتا ہے۔ بعض لوگ اس کا اچار بھی بناتے ہیں اور اس کا سالن بھی بنایا جاتا ہے۔ کریلے کی کڑواہٹ اس کی خصوصیت ہے۔ اسے نمک وغیرہ لگا کر بالکل ختم کر دینا طبی لحاظ سے غیر مفید بلکہ کریلے بدمزہ ہونے کا بھی اندیشہ ہے۔ کریلے کے چند طبی فوائد ملاحظہ کیجئے۔

☆ کریلوں میں کیلشیم، فاسفورس، پروٹین، وٹامن بی، سی کے ساتھ فولاد کی وافر مقدار پائی جاتی ہے۔

☆ کریلا سب سے زیادہ ذیابیطس (شوگر) کے مرض میں مفید ہے۔

☆ شوگر کے مریض اسے دھو کر بغیر چھیلے، یا قیمے کے ساتھ یا توے پر سینک کر یا خشک کر کے ان کا سفوف (پاؤڈر) روزانہ دو گرام کھائیں۔

☆ کریلا موٹاپا کم کرتا ہے۔

☆ کریلے کی کڑواہٹ کے سبب اس میں ایسے خواص ہیں جو خون کو صاف کرتے ہیں

☆ پھوڑے، پھنسی، خارش یا جلدی امراض میں کریلا پکا کر یا کچا کھانا بہت مفید ہے

☆ کریلا معدے کو مضبوط کرتا، کھانا ہضم کرتا اور بھوک لگاتا ہے۔

☆ اعصابی توانائی کے لئے کریلا ایک عمدہ ٹانک (نسخہ) ہے۔

☆ پیٹ کے کیڑے مارنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں۔

☆ کریلے کا استعمال گردے و مثانے کی پتھری خارج کرنے، یرقان جریان، لقوہ، فالج، قبض، جوڑوں کی درد، بلغمی امراض، ہیضہ اور بواسیر میں بھی مفید ہے (ماخوذ از پھلوں، پھولوں اور سبزیوں سے علاج ص 351)

☆ پودینہ اور اس کے فوائد:

پودینہ ایک چھوٹا خوشبودار پودا ہے۔ عام طور پر اسے گھروں میں چٹنی اور سلاد کے لئے استعمال کیا جاتا ہے جبکہ اس کے چھوٹے چھوٹے پتے کھانے کو خوشبودار اور خوش ذائقہ بنانے کے کام بھی آتے ہیں۔ نبی کریم ﷺ پودینہ کو پسند فرماتے تھے (احیاء العلوم 457/2) پودینہ کئی فوائد و خصوصیات کا مجموعہ

ہے۔ چند فوائد یہ ہیں۔

☆ پودینہ کیلشیم اور فولاد کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

☆ پودینہ کا شربت دل و دماغ کو قوت فراہم کرتا اور سر درد میں آرام پہنچاتا ہے۔

☆ پودینہ کا استعمال معدہ کے نظام کو درست کرتا اور ہاضمہ سے متعلق امراض میں نفع بخش ہے

☆ پودینہ میں خطرناک بیکٹیریا کو ختم کرنے کی قوت ہوتی ہے اس لئے یہ زہریلے کیڑوں مثلا سانپ، بچھو وغیرہ کے کاٹنے کی وجہ سے ہونے والے انفیکشن میں بھی فائدہ مند ہوتا ہے۔

☆ پائیوریا، مسوڑھوں اور دانتوں کی کمزوری اور اگر گلا بیٹھ جائے تو تازہ پودینے کی پتے چبانے سے آواز کھل جاتی اور گلے کی تکلیف رفع ہوجاتی ہے۔

☆ گردے اور مثانے کی پتھریوں سے نجات دلاتا ہے۔

☆ خون میں موجود فساد مادوں کو خارج کرتا ہے

☆ دمہ کے مریضوں کے لئے اس کا استعمال کارآمد ہے

☆ ہچکی لگ جانے کی صورت میں پودینے کی پتیاں چبانے سے ہچکیاں بند ہوجاتی ہیں۔

☆ پودینہ کا قہوہ بلغمی کھانسی، نزلہ، زکام میں پیا جائے تو جلد آرام ہوگا

(ماخوذ از پھولوں، پھلوں اور سبزیوں سے علاج ص 301-302، انٹرنیٹ کی مختلف ویب سائٹس)

محترم حضرات! آپ نے نبی کریم ﷺ کی کئی سنتوں پر جدید تحقیقی رپورٹ ملاحظہ فرمائیں۔ یہ تمام ریسرچ پیش کرنے کا مقصد ہرگز یہ نہیں کہ ہم نے سنت رسول ﷺ کو جدید سائنسی تحقیق کے پیمانے میں تولا ہے، ہرگز نہیں، ہرگز نہیں بلکہ ہمارا اصل مقصد صرف اور صرف مسلمانوں کو یہ بتانا ہے کہ دیکھو تو سہی کہ رب تعالیٰ نے ہمیں کتنا پیارا محبوب ﷺ عطا فرمایا ہے کہ جس کی ہر ہر ادا میں وہ حکمتیں اور فوائد پوشیدہ ہیں جنہیں موجودہ سائنس نے بھی تسلیم کیا۔ نہ صرف تسلیم کیا بلکہ اس پر ریسرچ کر کے باقاعدہ تحقیقی رپورٹ بھی جاری کیں۔ مگر افسوس ہے ہم مسلمانوں پر کہ ہم اپنے آقا و مولا ﷺ کی سنتوں کو پس پشت ڈال چکے ہیں۔ آج ہم سنتوں پر عمل کرنے میں شرم محسوس کرتے ہیں۔ اغیار کے فیشنوں کو اپنانے میں فخر محسوس کرتے ہیں۔ ہم نے اپنا آئیڈیل انہیں بنالیا جو نہ کبھی ہمارے تھے، نہ کبھی ہمارے ہوں گی اور وہ آقا و مولا ﷺ جو کہ پیدا ہوتے ہی سجدہ میں تشریف لے جا کر امت کی بخشش کے لئے دعائیں کرتے رہے۔ ساری زندگی صحرا میں، مجلس میں، مسجد میں، اپنے در دولت میں حتیٰ کہ

دیدار باری تعالیٰ کے وقت بھی اپنی امت کی بخشش مانگتے رہے بلکہ وصال کے بعد بھی جب قبر انور میں رکھا تو بھی امت کی بخشش کی دعا تھی اور روز محشر جس دن کوئی عزیز کام نہ آئے گا، کوئی سہارا نہ ہوگا، اس دن بھی ہمارے لئے وسیلۂ بخشش بنیں گے۔ آج ہم ان کی اداؤں پر عمل کرنا بھول گئے۔ زبان سے تو ہم یہ دعویٰ کرتے ہیں کہ ہم غلامان مصطفیٰ ہیں مگر کہیں اس دعوے کی دلیل نظر نہیں آتی جبکہ امتی تو ایسا سنتوں کا پیکر اور چلتی پھرتی سنتوں کی تصویر نظر آئے کہ وہ جس گلی سے جس مقام سے گزرے تو دیکھنے والے پکار اٹھیں کہ یہ کوئی عام مسلمان نہیں بلکہ حضور ﷺ کا سچا غلام جا رہا ہے۔

اے میرے بھائیو! آج ہم سب مل کر عہد کریں کہ سرور کونین ﷺ کی چھوٹی سے چھوٹی سنت پر بھی سختی سے عمل کریں گے۔ ہم دنیا کی پرواہ نہیں کریں گے کیونکہ انہی کی سنتوں پر عمل میں رنج و غم کا علاج ہے۔ بیماریوں سے شفا ہے۔ اللہ تعالیٰ اور اس کے محبوب ﷺ کی رضا کا باعث ہے۔

اے میرے کریم پروردگار! تو ہم سب کو اس عہد پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرما۔ آمین ثم آمین